

阿毗达摩讲要

中

玛欣德尊者 讲述

云南省佛教协会等 印行

阿毗达摩讲要

（中集）

玛欣德尊者 讲述

Mahinda Bhikkhu

云南省佛教协会 印行

版本：1.5

【目录】

目录 1
序言 I
凡例 IV

第十一讲　欲界心 1
一、心 1
二、十二不善心 8
三、八大欲界善心 26
四、八大欲界果报心 32
五、八大欲界唯作心 34
六、十八无因心 39

第十二讲　色界心 51
一、色界心的定义 51
二、如何证得色界禅那 53
三、初禅的五禅支 56
四、五自在 62
五、第二禅至第五禅 63
六、色界果报心 66
七、色界唯作心 68

第十三讲、无色界心 71
一、无色界心的定义 71
二、如何证得无色定 72
三、无色界果报心 77
四、无色界唯作心 82

第十四讲、出世间心 85
一、出世间心的定义 85
二、入流道果 90
三、一来道果 96
四、不来道果 98
五、阿拉汉道果 101
六、心的分类 106
七、心的十四种作用 110

第十五讲、五门心路 117
一、五种定律 117
二、六个六 122
三、五门心路 131

第十六讲、微小速行心路 139
一、意门心路的分类 139
二、意门心路的规律 141
三、随起意门心路 142

四、独立意门心路......147
五、意门心路生起之因......152
六、所缘对心路的影响......154
七、所缘与果报心的关系......156
八、作意与速行的关系......160

第十七讲、安止速行心路......167
一、广大速行心路......167
二、禅修的陷阱......173
三、广大速行心路的诸心......175
四、出世间速行心路......176
五、安止速行之前的欲界心......187
六、欲界结生心......189
七、依有情分别诸心......193
八、依三界分别诸心......201

第十八讲、有情世间......205
一、三种世间......205
二、地狱......206
三、畜生......218
四、鬼......221
五、阿苏罗......223
六、人......225
七、六欲天......227

八、色界十六地.. 242
九、无色界四地.. 249
十、广大果报心.. 249

第十九讲、空间世间 253
一、轮围世界.. 253
二、世界周期.. 255
三、世界之初.. 257
四、社会的形成.. 259
五、世界为火所坏.. 262
六、世界为水所坏.. 266
七、世界为风所坏.. 267

第二十讲、行世间 271
一、依一切的分析法.. 271
二、依烦恼的分析法.. 280
三、依菩提分的分析法.. 294

问答汇编 303

序言

许多学佛的朋友一听到“阿毗达摩”几个字，很可能的反应是感到深奥难懂、高深莫测，而更多的人则对“阿毗达摩”繁琐复杂的名相望洋兴叹。然而，在缅甸等南传上座部佛教国家，“阿毗达摩”却是佛学的入门课程。在寺院，僧人们把它当作佛学常识来教导沙马内拉以及村民们，在社会上也有开办阿毗达摩课程和学习阿毗达摩的风气。另外，华人佛教徒往往认为经典是浅显易懂的，而阿毗达摩却是深奥繁琐的。但根据南传上座部的传统，如果不懂得阿毗达摩，对经典的理解是肤浅、浮泛的，对经典的阐释更可能是信口开河、自我作古。

“阿毗达摩”的意思是殊胜的法、上等的法，但这并不等于说“阿毗达摩”所讲的法比佛陀在经藏里讲的法更殊胜、更上等，而是说“阿毗达摩”是用一种严密、系统的方法来分析和组织诸法。法还是法，只不过“阿毗达摩”对诸法进行归纳、统合而已。

在这里想说明一下：“阿毗达摩”并不难学！学习“阿毗达摩”不应该被一些名相所吓到。要学好“阿毗达摩”，窍门是弄懂那些名词。名词弄懂了，其他的都好懂。如果弄不懂，或者有一两个名词不清楚，有点误解，问题就来了。我们并不要求读者死记硬背每一个名相，理解是更重要的！

当然，只是学习、理解还不够，还要学而致用，要运用在生活上，运用在工作上。阿毗达摩能指导我们在日常生活当中如何培养如理作意，如何避免作恶，如何培养善心。更重要的是，阿毗达摩是一门解脱之学，学习阿毗达摩的目的是为了指导禅修，特别是在修行维巴沙那的阶段。阿毗达摩是特详于分析名色法的，而观智的所缘、所观照的目标就是名色法。在修维巴沙那时，要根据阿毗达摩的教导去辨识色法，辨识心法、心所法，要观照心路是如何运作，善心、不善心是如何生起，这些名色法的本质又如何。当观照名色法的观智成熟时，就能够断除烦恼、证悟涅槃。如果离开了阿毗达摩的理论指导，观智的所缘将变成无的放矢，修观也只是在盲修瞎练。所以，学习和掌握阿毗达摩的最终目的是为了断烦恼，为了灭诸苦。

此《阿毗达摩讲要》系列共分为上、中、下三集，分别是根据笔者在“新加坡帕奥禅修中心”(PAMC)所作的三期“阿毗达摩讲座”录音整理而成的。《上集》讨论的主要是概念法、色法和心所法；《中集》讨论的是心法、心路和世间；《下集》讨论的是业、离心路、缘起、涅槃和止观。整个课程紧扣着佛陀所开示的教法核心——四圣谛——展开。其中，色法、心所法、心法、心路侧重于苦圣谛，业、离心路、缘起侧重于苦集圣谛，涅槃是苦灭圣谛，而止观则是导至苦灭之道圣谛。

在此，感谢“新加坡帕奥禅修中心”举办这一系列的讲座，感谢马来西亚 Upekkhānanda Bhikkhu 负责录音工作，感谢台湾的王宝昭、吕妙香、李纯雅、林惠娟、张珍倪、许玉头、许丽惠、郭明鑫、陈品廷、黄秀香、杨在城等居士将录音誊写成文，广州的老沙、周爱华、冯文涛，北京的郭弢等居士负责文字整理、校对工作，感谢中国大陆近年来参加“帕奥止观禅修营”的禅修者们以及中国上座部佛教弟子们印行流通本书。同时，本讲座也参考了 Bodhi Bhikkhu 英编、寻法比丘中译的《阿毗达摩概要精解》一书，于此一并致谢。

因为本书是由讲座录音整理而成，故带有较浓厚的口语色彩，重复之处也较多，敬请读者多多原谅！另外，由于笔者才疏学浅，本书若有不足之处，望诸大德方家不吝赐正！

最后，笔者谨将此书献给他尊敬的戒师——缅甸帕奥西亚多，并把所有的功德回向给他的父母亲、诸位师长、同梵行者、所有热爱正法的人，以及一切有情，希望大家随喜的功德，能成为早日证悟涅槃的助缘！

Sādhu! Sādhu! Sādhu!

萨度！萨度！萨度！

玛欣德比库

(Mahinda Bhikkhu)

序于新加坡帕奥禅修中心

2010-11-11

【凡例】

1、本书所引用的巴利语经典以及经典故事，皆直接译自巴利语三藏圣典(Pāḷi)及其义注(aṭṭhakathā)。其中直译的经文用“中宋”字体标示。

2、本书所采用的巴利语底本为缅甸第六次结集的罗马字体 CD 版(Chaṭṭha Saṅgāyana CD (version 3), 简称 CSCD)。

3、书中对有些巴利语人名、地名等专有名词，将根据巴利语的实际读音而采用音译法。在这些专有名词第一次出现时，有些也在其后附上罗马体巴利原文。

4、为了方便读者对读巴利原典，书中在引述的经文之后往往附有巴利语原典的出处。对于经藏，这些序号为经号；对于律藏和论典，这些序号是第六次结集的缅文版巴利三藏(CSCD)的章节序号（见下表）。

5、本书所附的巴利原典出处，多数使用缩略语。其缩略语所对应的原典兹举例如下：

- Mv. = Mahāvagga　律藏・大品
- D. = Dīgha-nikāya　长部
- M. = Majjhima-nikāya　中部
- S. = Saṃyutta-nikāya　相应部
- A. = Aṅguttara-nikāya　增支部
- Dp. = Dhammapada　法句
- Sn. = Suttanipāta　经集

- Ps. = Patisambhida-magga 无碍解道
- Dhs. = Dhammasaṅgaṇī 法集
- Pp. = Puggalapaññatti 人施设
- Dhs.A. = Dhammasaṅgaṇī-aṭṭhakathā 法集义注
- Vm. = Visuddhi-magga 清净之道
- Pd. = Paramatthadīpanī 胜义解疏
- A.8.20 增支部 第 8 集 第 20 经
- Vm.75 = Visuddhi-magga, CSCD. No.75 清净之道 缅文版 第 75 节

第十一讲 欲界心

根据阿毗达摩，有四种究竟法(paramattha-dhamma)，即：1、心(citta)；2、心所(cetasika)；3、色法(rūpa)；4、涅槃(nibbāna)。

前面我们已经学习了色法和心所法这两种究竟法，从现在开始将一起来学习另一种究竟法——心。心法包括心的定义、心的特点、心的分类和心路。其中，心的分类将依欲界心、色界心、无色界心和出世间心四个部分来学习；心路则将依五门心路、微小速行心路和安止速行心路三部分来学习。

一、心

第一、心的定义

心，巴利语 citta。citta 源于巴利语字根√cit，意思是认知或者识知。

诸义注师用三种方法解释“心”：

1. Ārammaṇaṃ cintetī’ti cittaṃ（认知所缘故为心）

ārammaṇa 是所缘，即心的目标、对象。cinteti 是认

知、识知。心作为造作者，以能够识知所缘、认知对象，故称为心。

2. Etena cintentī'ti cittaṃ（以此而认知故为心）

通过它来认知所缘，称为心。心作为工具，使诸心所通过心来识知对象。

3. Cintanamattaṃ cittaṃ（只是认知故为心）

心只是纯粹认知所缘的过程。

以上三种解释散见于各义注和复注。在这些定义中，第三种最贴切、最准确。也就是说，除了纯粹认知所缘的过程之外，并不存在所谓的“造作者”或“工具”的实体存在。假如认为心是造作者或工具，则容易让某些人执取心为“我”，落入“心是主人”“心有实体”的邪见。

心的特点是认知所缘。作用是作为诸心所的前导。譬如一家公司的最高领导是总裁或者董事长。同样地，在一组名法里，心是前导。现起为一个相续不断的过程，不会中断。近因是名与色。名即心理现象，包括诸心所；色即物质现象。

佛陀有时候会用“心”(citta)来表达能认知所缘之法，有时用“意”(mano)、有时用“心意”(mānasaṃ)、有时用“识”(viññāṇa)来表达。虽然用词不同，但是含义却是一样的。“心”是指认知，“识”是指识别、识知，“意”也是指识知。

第二、心的特点

每一种色法都有其特相、作用、现起和近因，每一种心所也是如此，但心法就不一样。所有的心法都只是一种究竟法，它们都拥有共同的自性、特点——识知所缘。名法一共有五十三种，其中一种是心，剩下五十二种是心所。虽然心由于心所的不同组合而有很多不同的名称，但是它们的特点、现起都一样，所以只是一种究竟法。在学习心法时，我们不用再去理会心的其他特相、现起、近因，只需知道它们都是一种究竟法就行了。

心纯粹只是识知所缘的过程。换言之，心纯粹只是认知目标的过程而已，并没有所谓的我、灵魂或主宰。

除了佛陀教法以外的其他宗教，几乎都承认有灵魂的存在。关于灵魂，各种宗教的观点也不尽相同，但基本上认为它是能够了解、认知、有体验、有感受的。他们认为灵魂上天国能享受快乐，下地狱会受苦。有些宗教，例如印度教认为有“梵我”、“大我”、“至上我”，同时还有“小我”。“大我”是指宇宙的本体，“小我”是指众生、人的灵魂。有些人又认为有个主宰者：我想要做什么，我能够记起小时候是怎么样的，我记起一年前做过什么，我记起昨天做过什么……他们认为：如果没有主宰、实体，怎么能够想起过去、拥有经验呢？因此，很多人只看到心的相续性，而没有看到心的生灭，看不到心的无常性。他们错误地认为心是永恒的，心是轮回的主体，于是执著心是我，

心是肉体的主宰。

印度教有个比喻：灵魂犹如主人，身体犹如衣服或者屋子，衣服穿破了可以换新的，屋子坏了可以搬新家，但是主人还是这个人。但是根据佛陀的教法，心刹那刹那生灭，无一刹那停留。因为心有认知能力，能抓取曾经体验过的过去所缘作为意门心路的目标，作为认知的对象，所以表现为回忆、经验。因为人们有回忆、经验，于是错误地认为心是一个连续的体验者，或者是恒常的主宰。但是，过去心早已灭去，现在心正在坏灭，未来心也将坏灭，根本不存在所谓的常住真心、灵魂、主宰。心只是单纯地认知所缘而已。

同样地，心不会单独生起，心的生起必定伴随着若干心所一起生起，共同执行朝向所缘的作用。就好像一家公司不会只有一个老总完成所有的工作，一个国家也不会只有一个国王而没有其他臣民。同样地，心认知所缘，必定伴随着相应的心所一起工作。例如“看到”一样东西，“心”认知它，“想”知道这是什么东西，“受”是体验这个东西的感受，“一境性”持续把心维持在目标上，“名命根”维持心的生命，“作意”把心导向这个目标。当一个心生起的时候，必定伴随着若干心所一起生起，而且它们同生同灭——心生，心所一起生；心灭，心所一起灭。心所的作用是辅助心认知所缘、认知对象。

很多人认为身体有生老病死，但心是主宰、是灵魂，

有心识才能投生。然而，佛陀在《相应部》中说过：

“诸比库，宁愿无知的凡夫执取此四大种之身为我，也不要认为心[是我]。那是什么原因呢？诸比库，看此四大种之身或许能住立一年，住立两年，住立三年……住立十年，住立二十年，住立三十年，住立四十年，住立五十年，住立一百年，甚至住立超过[一百年]。诸比库，对这个被称为心、意、识者，它日夜异生异灭。诸比库，犹如猿猴在森林、树丛中行走时抓着树枝，放开那枝后抓住另一枝，放开那枝后抓住另一枝。同样地，诸比库，对这个被称为心、意、识者，它日夜异生异灭。”(S.2.61)

在前面讲到色法的生灭时，曾举了打电话的例子来说明：当我们在这里打电话时，美国那边可以立刻收到，这是色法的生灭速度，但是心比色法生灭得更快。根据阿毗达摩，心的生灭速度比色法还要快十七倍。也即是说：一个色法从生到灭这一段期间，名法（心）已经生灭了十七次。即使色法生灭的速度再快，也不够心生灭的速度快。如果执著生灭无常的心为“我”，认为是主宰、灵魂，这叫做“我见”或者“邪见”。一眨眼或一弹指间，已经有数万亿个心识刹那生灭过去，所以心的生灭极其快速。刹那(khaṇa)是极短的时间，一个刹那只有一个心识生灭。同时，当一个心生起时，它只能识知一个所缘，一个心不能同时识知很多所缘。

可能有人会问：“现在我坐在这里，既能看屏幕，又

能听您讲课，还能感觉坐在这里。”又或者说，大家坐在家里看电视的时候，眼睛看着屏幕，耳朵听着声音，口中吃着零食，身体享受着空调，所有这些似乎同时在发生，怎么可以说一个心只能识知一个目标呢？这不是有矛盾吗？没有矛盾！当我们看的时候，是眼门心路在起作用。同样，当听、嗅、尝、触的时候亦然，只是相应的根识在起作用。由于心的生灭速度实在太快了，彼此不断地交替生起，感觉上似乎很多事情都同时发生，其实是心在很快速地运作，所以感觉可以同时看、听、嗅、尝、触。

阿毗达摩把所有这些现象定义到最精准、最小的单位，一个心只能识知一个目标。例如，眼识只能识知（看）颜色，耳识只能听声音，鼻识只能嗅气味，舌识只能尝味道，身识只能感觉身体内外的碰触。耳识不能看，只能听；眼识不能听，不能尝，只能看。

有些人批评佛教是唯心主义，误解佛教认为心可以离开物质而独存。这种观点是错误的！根据佛教，有物质存在的生命世界称为五蕴世间，我们所处的这个世界就是五蕴世间。在五蕴世间里，所有的心识都必须依靠色法生起，不存在独立于物质之外的心。在五蕴世间，心的产生和存在至少必须依靠一种色法，有时是两种，甚至三种。眼睛看的是颜色，颜色是物质；耳朵听的是声音，声音也是物质；乃至想一个人、想自己的家、想自己的车……这些都是物质现象。心的所缘通常都是色法（有时也可以是名

法)。同时，如果没有光明，即使有眼睛也不能看，如果没有适当的空间，即使有耳朵也不能听……光明、空间也都是物质现象。另外，如果没有眼睛就不能看，没有耳朵就不能听，没有身体就不能感触。如果没有心所依处，同样不能想东西。眼净色、耳净色、身净色、心所依处等都是色法，所有心的依处都是色法。因为在五蕴世间里，一切心都必须依靠相应的依处，依处就是心产生和存在的物质基础。

佛陀把一切心分为六识——眼识、耳识、鼻识、舌识、身识和意识。这六识都有其物质基础。眼识依眼净色而生起，耳识依耳净色而生起，鼻识依鼻净色而生起，舌识依舌净色而生起，身识依身净色而生起，意识依心所依处而生起。在五蕴世间中，色法和名法，或精神和物质是相辅相成的，并没有完全脱离于物质现象之外的所谓灵魂或意识。

第三、心的分类

讲了心的特点之后，接着讲心的分类。心依其本性分为四类：

一、不善心(akusala citta)；

二、善心(kusala citta)；

三、果报心(vipāka citta)，又称异熟心；

四、唯作心(kiriya citta)。

这四类心当中，不善心和善心能够造业。不善心造的是不善业，善心造的是善业。

眼识、耳识、鼻识、舌识、身识等属于果报心。果报心本身并不造业，它们纯粹只是体验由过去所造之业带来的结果。但是，在体验好或不好的果报之后，心又对这些所缘进行加工和分析，然后产生执著或排斥，于是又开始造作新的业。

还有一种是唯作心，分为两类：

1、佛陀等阿拉汉圣者的世间速行心；

2、转向心，把心流转向所缘的心。有两种转向心：一、五门转向心，二、意门转向心。

由于果报心和唯作心从业的角度上来说既非善也非不善，因此称为“无记”(abyākata)。byākata 的意思是记说、解说、解答。abyākata 是不能明确地说。既不能说果报心到底是善心还是不善心，也不能说唯作心到底是善心还是不善心，因此称为“无记”。

二、十二不善心

这一类心在精神上是不健全的，在道德上是应受谴责的，它们会带来苦的、不善的果报，称为不善心(akusala-citta)。

不善心可以依照“根”来分类。“根”(mūla)是指能

使与它相应的名法稳固地住立的心所，又称为“因”(hetu)。这里所说的因并非原因的因，而是指决定心的品德的六种心所：无贪(alobha)、无嗔(adosa)、无痴(amoha)，贪(lobha)、嗔(dosa)、痴(moha)。其中，无贪、无嗔和无痴三种为美因，无贪、无嗔是通一切美心的心所，无痴又称慧根、智或慧，这三种是美因的心所。贪、嗔、痴三种为不善根，只要某一类心有其中的任何一种，这类心就是不善心。我们先讲心所，再讲心，就是因为心所是区分心的主要原则，掌握了心所之后，再来了解心就容易得多了。

我们也可以将不善心理解为恶心、不好的心。依其根（因）可以分为三类：贪根心、嗔根心和痴根心。不善心一共有十二种：八种贪根心；两种嗔根心；两种痴根心。

一、八贪根心

含有“贪”(lobha)心所的心称为“贪根心”(lobhamūla-cittāni)。在这一类心中，贪心所是主要之根。只要某种心拥有贪心所，整个心的性质就变成不善。为什么呢？因为贪心所在这组名法中能起最显著的作用，就像一杯水中只要滴一滴墨水下去，这杯水就会变黑。同样地，在一类名法中，无论它有多少心所——例如有些贪根名法有二十个心所，许多心所并没有好坏之分——但只要有贪心所的存在，整个名法就变成贪根名法，变成不善心。

贪根心有八种，分别是：

1） 悦俱邪见相应无行一心；

2） 悦俱邪见相应有行一心；

3） 悦俱邪见不相应无行一心；

4） 悦俱邪见不相应有行一心；

5） 舍俱邪见相应无行一心；

6） 舍俱邪见相应有行一心；

7） 舍俱邪见不相应无行一心；

8） 舍俱邪见不相应有行一心。

是不是感觉有点复杂呢？不要紧，现在来讲如何区别这些心。这些心不外乎有三种区别方法，一旦掌握它们的区别方法就很好理解。

三种区别方法是：

一、“无行”或“有行”，例如“1）悦俱邪见相应无行心”和“2）悦俱邪见相应有行心”；

二、“邪见相应”或“邪见不相应”，例如“1）悦俱邪见相应无行心”和“3）悦俱邪见不相应无行心”；

三、“悦俱”或“舍俱”，例如前面四种和后面四种只是换了第一个字。

贪根心由此组合为八种。

贪根心的三项分别：

第一、悦俱或舍俱——欢喜地做还是中舍地做。悦俱

是 somanassasahagata，舍俱是 upekkhāsahagata。这里的“悦”跟“舍”是指受心所。如果是乐受，这种心就称为悦俱；如果是舍受，这种心就称为舍俱。

这里的“俱”(sahagata)直译为“一起去”、“俱行”，意思是“伴随”。也即是说，心伴随着快乐的感受，还是伴随着中舍的感受。一个人欢喜地生起贪，还是中舍地生起贪，这就是它们的区别。欢喜地生起贪，此时受是乐受，称为悦俱。如果感受平平地生起贪，此时受是舍受，称为舍俱。

有些人可能会问：只有喜欢才会贪啊，为什么感受平平也会贪呢？举个例子：如果你刚买了一辆新车，你会不会很喜欢这辆新车呢？此时你对这辆新车的贪爱和执著就伴随着乐受。但如果你每天都开着这辆车，还会不会执著这辆车呢？会！但是已经不再像刚买的时候那样每天都欢喜地开着吧！

又譬如你看见一件时髦的新衣服时，很欢喜地买下，然后欢喜地穿上，你对这件衣服的贪爱就伴随着喜悦。但是穿久了以后就不会再像刚买来的时候那么欢喜了，虽说还是会贪著这件衣服。

再举一个明显的例子：大家回想在谈恋爱的时候，面对你们的男（女）朋友，那时的感受是怎样？跟现在已经成为你们的丈夫（妻子），每天都看到的感受还一样么？有没有贪爱心？有！这是我的丈夫（妻子）！但是还会不

会每天都喜欢地看着他（她）呢？少吵点架已经算不错了！所以说，贪心有时伴随着乐受，有时伴随着舍受。这是依感受把贪根心分为“悦俱”和“舍俱”。

第二、邪见相应或邪见不相应——是否带着邪见。如果生起贪心的同时，认为这是“我的”，或者相信这样东西是永恒的，是可以获得快乐的，这时生起的贪心夹杂着邪见。夹杂着邪见的贪根心所造的不善业会更重。有些时候纯粹只是喜欢，并不一定会想到这是我的，或者认为是永恒的，这时所生的贪根心就不带有邪见。

对于凡夫来说，在享受欲乐的时候经常会生起邪见相应的贪根心。因为对于一般人，特别是没有修行的人，他们很难接受“无我”。他们也许会说：“没有我、没有人，这是不可能的！这明明是你，明明是我，为什么说无我呢？”因为没有透视五蕴法，没有透视无常、苦、无我的真相，所以坚信有你、我、他，有男人、女人、丈夫、妻子、父亲、母亲、儿子、女儿……如果坚信这些都是真实的存在，就是邪见。

还有一种邪见是不相信业果法则，即在生起贪心时不信业果法则。例如一个人偷拿别人的东西，认为不拿白不拿，这时不仅生起贪心，而且认为“不拿白不拿”就是一种邪见。或者做坏事的时候，认为“不做白不做，谁叫你那么傻！”这也是邪见。

有时虽然也知道业果法则，但由于没办法控制习气，贪心仍然生起，这时也有可能没有邪见相应。有些佛弟子也知道做了某些事情不好，但是由于被烦恼所控制，还是做了坏事，此时生起的贪是邪见不相应。

初果入流圣者和二果一来圣者也还会生起贪心，如果他们是在家人的话，还会有家庭生活，可能还会喜欢吃某种食物。不过，他们在生起贪心的时候没有邪见。为什么呢？因为在初道时已经断除了邪见。

在座各位有没有受五戒呢？我曾经听到有些人劝别人不要受五戒："你不要受五戒喔！你受五戒之后，若犯了戒会多一项戒罪喔！"

果真如此吗?对于这个问题，我们且看《弥林达问》(Milindapañha)中希腊王弥林达(Milinda)和阿拉汉龙军尊者(Nāgasena)的一段问答：

"龙军尊者，明知而作恶者与无知而作恶者，何者的罪恶更重呢？"

龙军尊者回答说："大王，无知而作恶者，他的罪恶更重。"

弥林达王不解地说："龙军尊者，难道我的王子或王大臣因无知而作恶，我要给他双倍的处罚吗？"

龙军尊者反问弥林达王："大王，你认为如何，假如有块被烧得炽热、灼热、火红的铁球，一个有感觉者去拿与一个无感觉者去拿，哪一个被烧伤得更重？"

“尊者，那个无感觉者去拿，他被烧伤得更重。”

“同样地，大王，无知而作恶者，他的罪恶更重！”

在这段问答中，烧得火红的铁球表示恶行，知道恶行而做就会有惭愧心，所以不会继续做下去。但是不知道是恶行，或者并不认为是恶行，甚至拥有邪见，认为“不做白不做”，在做时不会有惭愧心，甚至还会继续做。

在生起不善心时，邪见相应心所造作的恶业比邪见不相应心更重！因为他并不以恶行为恶行，或者不相信业果，不做是自己吃亏，做了就是赚到。这是一种邪见。

第三、无行或有行——主动还是被动。这里的“行”(saṅkhārika)是鼓励、怂恿的意思。

在面对所缘时一见到就自动喜欢，一见钟情，这时生起的贪心为“无行”，即不用经过其他人怂恿、鼓励，或者自己没有刻意让它生起的贪心。反之，“有行”即受到他人的怂恿。

如何区别“无行”和“有行”呢？例如大家去商业中心逛街，看到一件漂亮、时髦的衣服，很高兴地把它买下来，这时生起的贪是无行的，因为你看到了就喜欢。

如果你去逛街，随便走进一家时装店，只是想看看里面衣服的款式，并没有购买的意图。这时售货员走过来，拿着一件衣服说：“看，你的身材这么好，这件衣服就像为你度身定做的一般。如果你穿上这件衣服一定会更加亮

丽动人！”你被她说得心里美滋滋、飘飘然的，于是很高兴地买了这件衣服。这时你对这件衣服的贪爱就是有行。因为当初你也许只是认为这是一件好看的衣服，但受人鼓动后，你也觉得自己穿这件衣服会变得更漂亮，于是高兴地买了这件衣服，这时的贪心就属于有行。

图表1：八种贪根心

	受	是否与邪见相应	无行或有行
1	悦俱	邪见相应	无行
2	〃	〃	有行
3	〃	邪见不相应	无行
4	〃	〃	有行
5	舍俱	邪见相应	无行
6	〃	〃	有行
7	〃	邪见不相应	无行
8	〃	〃	有行

注：“〃”= 同上

我们可以通过下面的例子来说明这八种贪根心：

一、悦俱邪见相应无行一心：一个人不思业果地享受食物，吃得很开心。因为高兴地享受食物，故为悦俱；因为不思业果，所以是邪见；没有人劝说他好吃或不好吃，他自己主动吃，这是无行。

二、悦俱邪见相应有行一心：一个人被同伴说服之后，不思业果地、愉快地观看电影。很高兴地看是悦俱；不思业果是邪见相应；被人说服，所以是有行。

三、悦俱邪见不相应无行一心：有个女士很欢喜地穿上新衣服，但知道执著新衣服会令贪心生起。她很高兴地穿新衣服，所以是悦俱；由于知道执著衣服会生起贪，是邪见不相应。

四、悦俱邪见不相应有行一心：有个女孩知道业果法则，但她在同伴的邀请下，愉快地听流行歌曲。她高兴地欣赏音乐，这是悦俱；知道业果法则，是邪见不相应；因为受同伴劝说，所以是有行。

五、舍俱邪见相应无行一心：有个男孩稍有执著地吃只是加了盐的白饭，但是没感觉到喜悦，也不思业果。吃的只是加盐的白饭并不会高兴地吃，所以是舍俱；但是他不思业果，所以是邪见相应；自己主动吃，所以是无行。

六、舍俱邪见相应有行一心：有个女孩子有件新衣服，在母亲说那件衣服很漂亮之后，她才懂得欣赏它，但是并没有感到喜悦，也没有对业果有认知。由于她的母亲说这件衣服漂亮，所以是有行；她并没有感到喜悦，这是舍俱；她没有思维业果法则，这是邪见相应。

七、舍俱邪见不相应无行一心：在思维业果法则之后，有个人感受平平地喝咖啡，但还是去品尝咖啡的味道。由于思惟业果法则，所以是邪见不相应；他是自己主动地喝

咖啡，所以是无行；感受平平，这是舍俱。

八、舍俱邪见不相应有行一心：有位女士知道业果法则，但是在女推销员的怂恿之下，不情愿地买了一件新衣服。由于是不情愿，所以是舍俱；由于知道业果法则，所以是邪见不相应；由于这件衣服是在别人的劝说、怂恿下买的，所以是有行。

区分这八种贪根心的原则是：1）受是悦俱还是舍俱；2）有邪见还是没有邪见；3）有没有被怂恿。

所以，八种贪根心还是由心所决定的：四种悦俱和四种舍俱决定在“受”心所。邪见相应或邪见不相应决定在“邪见”心所。有行或无行决定在“睡眠和昏沉”两个心所。如果是无行的话，就没有昏沉及睡眠这两个心所；如果是有行，就有昏沉及睡眠这两个心所。

大家对于心所有一定了解之后，再来理解心就很容易。

接着再讲依心所组合的三类贪根心：

1）贪心——邪见不相应心。这类贪心也可以叫做纯贪心，因为它没有夹杂着邪见。

2）傲慢——邪见不相应心。傲慢也属于一种贪心，这种心和邪见不相应。傲慢和邪见不会同时出现在一个心路里。

3）邪见——邪见相应心。

在八种贪根心里，有四种邪见相应心，即这类贪心伴随着邪见。四种邪见不相应心又可以分为两类：1、纯粹只是贪爱；2、不仅有贪，还有傲慢。傲慢是自以为是，认为自己很了不起，这也属于贪根心。

二、二嗔根心

第二类不善心是嗔根心(dosamūlacittāni)。由于这一类不善心里拥有嗔心所(dosa)，所以称为嗔根心。

嗔根心只有两种：

1）忧俱嗔恚相应无行一心；

2）忧俱嗔恚相应有行一心。

这两种心的差别只在于无行或有行（主动或被动），即主动地排斥所缘，或被动地排斥所缘。举个例子：如果一个人和你闹矛盾，你一见到他就讨厌、厌恶他，这时生起的嗔心就是无行。如果有人经常在你耳边说某某人不好，使你也开始讨厌那个人，这就是有行。

嗔根心与贪根心的不同之处在于：嗔根心不会和邪见一起生起，虽然邪见可以鼓动一个人生起嗔恨，但是根据阿毗达摩，邪见并不会和嗔恚在同一个心里生起，它们只能在不同的时候生起。举例说：某人憎恨他的爱人对他不忠。认为实有他的爱人存在，这是邪见，属于舍俱贪根心。憎恨属于忧俱嗔恚心，它们并不会发生在同一心路中。因此，邪见心所不会出现在嗔根心里。

同时，所有的嗔根心只伴随着一种感受——忧受，故称为忧俱(domanassasahagata)，它们不像贪根心有两种受——乐受与舍受。忧受，巴利语 domanassa。do 源自 du，是坏的、不好的意思；manas 是心意。不好的心意为 domanassa，勉强译为“忧”。

嗔根心虽然根据无行和有行只分为两种，但实际上嗔根心所包含的范围很广，而非只有生气、发怒的心才叫做嗔根心。嗔恚相应，巴利语 paṭighasampayutta，paṭigha 是对抗、厌恶、排斥，sampayutta 是相应。凡对抗、排斥所缘的不善心皆属于嗔根心。嗔根心既包括极强程度的暴怒、生气，也包括微细程度的害怕、烦躁、忧愁、焦虑、紧张、不耐烦、担心等。

对于嗔根心，忧俱与嗔恚的关系是：

1、它们必定一起生起，只要是嗔心，其受必定是忧受。同样地，只要感受是忧受，生起的必定是嗔根心。

2、它们之间的区别是：忧受在五蕴里属于受蕴，而嗔恚在五蕴里属于行蕴。带有破坏性的心所是嗔恚，而作为忧受，它只是对所缘的不悦体验而已。

图表 2：两种嗔根心

	受	嗔恚相应	无行或有行
1	忧俱	嗔恚相应	无行
2	〃	〃	有行

依照心所的组合，嗔根心又可以分为四类：

1）嗔恚；

2）妒嫉；

3）悭吝；

4）追悔。

这四类心都属于嗔根心。这种分类是由其相应的心所决定的。在学习五十二种心所的时候，称为“嗔因”的心所就有这四个。

生气、烦躁、担忧、紧张、害怕，这属于嗔恚心。妒嫉是看到别人有成就，自己的心酸溜溜的；或者看到别人对待他人很好，心里感到酸溜溜的；或者自己喜欢的人和其他人要好，例如看到自己的丈夫和别的女人打电话或者说笑，感到酸溜溜的，这些都属于妒嫉。这时你的心是喜欢还是不喜欢？是高兴还是不高兴？所以妒嫉也是嗔根心。看到有人想分享你的东西，对此感到讨厌，不喜欢自己的东西与他人分享，这是悭吝。追悔，也即是懊恼、后悔，后悔必定是不好的，因为会恨自己：“哎！我刚才为什么要这样做？为什么要这样说？我刚才为什么不这样做？为什么不那样说？”追悔有两类：一类是对应该做而没有做感到后悔，另一类是对做了不该做的事情感到后悔，这时生起的心会排斥所缘。

这是依照心所来区分的。这四种心所都属于嗔因心所。一种心拥有嗔恚心所，这种心必定是嗔根心；如果拥

有妒嫉心所，它也是嗔根心；对于悭吝、追悔也是如此。

在嗔根心中，如果有嗔恚心所，其他三种心所不一定会生起。但是，妒嫉的时候必定会有嗔恚心所，悭吝的时候也会有嗔恚心所，追悔的时候也会有嗔恚心所。不过，在妒嫉的时候，悭吝和追悔不会生起；在悭吝的时候，妒嫉和追悔不会生起；在追悔的时候，妒嫉和悭吝不会生起。只要妒嫉、悭吝、追悔这三种心所的任何一种生起的时候，必然会伴随着嗔恚心所一起生起。所以，只要一种心拥有嗔恚心所，它就属于嗔根心。

嗔根心与贪根心最大的区别在于：贪根心是心趋向所缘，想要黏着所缘、获得所缘；而嗔根心则是心背向所缘、排斥所缘。也就是对所缘的反应，想要拥有、占有所缘是“贪”；心排斥、抗拒、厌恶所缘是“嗔”。

三、二痴根心

第三类不善心是两种痴根心(mohamūlacittāni)。在遍一切不善心心所中，有一种叫“痴”，痴心所在十二种不善心里都有。也即是说，贪根心和嗔根心里都有痴心所。但是，在痴根心里并没有贪心所和嗔心所。虽然愚痴会导致贪和嗔生起，但是在贪根心和嗔根心中，是贪或嗔心所在起主导作用，痴心所的作用是次要的。

有两种痴根心：

1）舍俱疑相应一心；

2）舍俱掉举相应一心。

由于这两种不善心只有痴心所作为唯一的根，因此称为痴根心。

痴根心必定是舍受，即不会有乐受，也不会有忧受。即使面对可爱所缘（好的对象），如果生起的是痴根心，也无法体验所缘为可爱。同样地，痴根心也不会体验不可爱所缘为可厌，因此忧受也不会生起。

在这两种痴根心里，第一种是疑相应心。疑，巴利语vicikicchā，有两种意思：

1、Vicinanto etāya kicchati.——思虑由此困惑；

2、Na sakkoti sanniṭṭhānaṃ kātunti.——无法作出决定。

这两种解释都显示了“疑”是指由于显著的愚痴而导致困惑、疑惑或犹豫不决。这里的疑是特别针对宗教而言的，对于佛、法、僧，对于业果法则方面的怀疑，而不是对日常生活中所碰到事情时所产生的疑问。例如：“这棵是什么树？这个村庄叫什么名字？你叫什么名字？今年多大了？”等等，或者大家在学习过程中请教老师：“老师，这个问题是什么意思呢？”问这些问题并不是痴根心。这里的疑是指对于佛陀、禅修、因果等的怀疑、犹豫不决或不相信。

第二种痴根心是掉举相应心。掉举(uddhacca)是指心的散乱、不平静。掉举心所属于遍一切不善心心所，所以

在贪根心和嗔根心里都有掉举心所。然而在这一种心里，由于并没有贪心所和嗔心所，只有掉举心所，因此称为舍俱掉举相应心。发呆、胡思乱想时生起的就是这种心。例如现在大家坐在这里，虽然眼睛盯着屏幕或者盯着我，但心却没办法集中，跑去想其他东西，这时生起的是掉举相应心。

对于修行而言，掉举也是五盖之一。不过，掉举与贪心和嗔心又有区别。例如一个人坐在禅座上，心里却想着："我肚子饿了，等会儿起座后要去卖东西吃。"这时生起的是贪心，不是掉举心。或者想："那两个家伙老是在外头说话，吵死了，真讨厌！"这是嗔心。如果坐在那里发呆，做白日梦，妄想纷飞，没办法集中精神，则是掉举。

在十二种不善心（八种贪根心、两种嗔根心、两种疑根心）当中，假如前面十一种不善心所造的不善业在临终时成熟，它可以使我们下一世投生到恶趣。但是，唯有掉举相应心所造的不善业是最轻的，轻到不足以在临终时成熟而导致堕落到恶趣。虽然很多人都经常发呆或是胡思乱想，但由于这种心所造的业是相对轻微的，因此不会带来结生，不能成为令生业，但还是有可能在生命期间成熟，从而带给我们某些不善的果报、苦报。

另外，这两种痴根心也没有无行和有行的区别。因为这两种心本身缺乏足够的敏锐力，所以不能分为有行或无行。即使有些人刻意怂恿，也不能说这些心是有行心。

图表3：两种痴根心

	受	相应
1	舍俱	掉举相应
2	〃	疑相应

十二种不善心都属于欲界心，或者说只要是不善心，必定属于欲界。这些心是下劣的，因为它们在精神上是不健全的，在道德上是应受谴责的，且其造下的业力可以在未来招感苦报，所以称为不善心(akusalacitta)。

我们所说的烦恼，都离不开这些不善心，而这些心的生起也必定伴随着不善心所一起生起。依心可以把不善心分为十二种，依心所则有十四种。也即是说，这些心包含了使其变得下劣、低劣、不善的心所，并依这些心所的不同组合，构成不同种类的不善心。因此，我们学习阿毗达摩，就是把这些看似复杂多样的物质现象和精神现象，系统地整理出来，使之更容易理解。

学习阿毗达摩也要学以致用，应用到日常生活中。这十二种不善心是我们的老朋友，在生活中经常发生，对有些人来说甚至形影不离。

当你喜欢某种人、事、物时，若感受愉悦，这是悦俱；如果感受平平，这是舍俱。如果你执著对象，认为它是我的，这是邪见相应；反之则是邪见不相应。

当你生气、发怒的时候，要觉知此时生起了嗔心，这

嗔心是自己主动地生起，还是受别人怂恿的，你就可以分辨出生起的是哪一种心。

对于痴根心也是如此，怀疑到底有没有过去世、未来世，这是疑相应。如果在发呆、胡思乱想，这是掉举心。

这十二种不善心在座都有体验吧，是不是感觉很亲切呢？因此，阿毗达摩并非玄乎其玄，它是很实在的，能帮助我们了解自己的身心，认识这个世间，并最终导向解脱、断除烦恼。

对于身心现象，阿毗达摩称为名色法。名法是心理现象、精神现象或意识现象。色法是物质现象。名法又分为心和心所，认知对象的过程称为心，辅助心认知对象的心理活动称为心所，心所是伴随着心一起运作的。心依其本性分为四种：不善心、善心、果报心、唯作心。

不善心是指在道德上不健全、会带来不善果报的心。善心是指在道德上健全、能够带来乐报的心。果报心是指体验由成熟之业所带来的果报的心。唯作心纯粹只是做，即不会产生业的种子，也不能体验果报的心。唯作心又可以分为两种，一种是一切众生都有的转向心，另一种是唯有阿拉汉圣者才会生起的唯作心。

不善心依三种不善根分为三类。在五十二心所当中，有六种心所称为根：三种美因（无贪、无嗔、无痴）和三种不善因（贪、嗔、痴）。无论我们的烦恼如何千变万化，

都离不开这三类不善心——贪根心、嗔根心、痴根心。

贪根心有八种，依三项原则分别：一、感受是快乐还是感受平平；二、是否有邪见；三、是主动还是被动。

嗔根心的表现形式很多：烦躁、担心、忧愁、忧郁、害怕、紧张、生气、愤怒、仇恨等等，区别只在于强度的不同。嗔根心必定和忧受相应。嗔心又分为主动和被动两种。依心所上来分，又有嗔恚、嫉妒、悭吝和追悔四种。

痴根心只有两种：一种是疑相应，另一种是掉举相应。

因为不善心都是低劣的，所以只属于欲界心。

三、八大欲界善心

欲界善心(kāmāvacara-kusalacittāni)也有八种，与八种贪根心有点类似，不过善心的素质与不善心的素质截然相反。这八种欲界善心分别是：

1、悦俱智相应无行心；

2、悦俱智相应有行心；

3、悦俱智不相应无行心；

4、悦俱智不相应有行心；

5、舍俱智相应无行心；

6、舍俱智相应有行心；

7、舍俱智不相应无行心；

8、舍俱智不相应有行心。

这八种善心仍然可以用三种方法来区分：

第一、悦俱或舍俱——欢喜地生起还是中舍地生起。当心没有受到贪嗔痴污染的时候，生起的是善心。依其感受有两种：1、乐受，2、感受平平的舍受。

当我们做善事时，例如布施、供僧，有时候会很欢喜、开心地做，但有时却没有什么特别的感觉，只是中舍地做。对于持戒也是如此，每当想到自己持戒清净，心中感到欢喜，但有时要面对外面太多的诱惑，又会觉得持戒真的很难，因此在省思时较难生起对持戒的欢喜感受，这是舍受。

第二、智相应或智不相应——是否拥有智慧。智慧有不同的层次，从最基本的对佛、法、僧三宝有信心，进而相信因果、业果法则，相信造善行会带来善的果报，这是业果智。在持戒时需要智慧，禅修时也需要智慧。修观时，观照名色法、诸行法为无常、苦、无我，这是更殊胜的智慧——观智(vipassanā ñāṇa)。当然，最高的智慧是出世间智，即道智和果智。除了出世间智以外，观智是欲界最殊胜的智。

例如：在布施时，观照没有所谓布施者，也没有受布施的人，同时，所布施的物品也是无常、苦、无我的。这里的“没有”并不是“空无”的意思，而是其本质是无常、苦、无我的。一生即灭为“无常”，一直受生灭的逼迫为“苦”，没有实质、没有灵魂、没有主宰故“无我”。

当然，对于还未修到观智的禅修者或者普通人来说，相信所做的善行可以带来善的结果，这已经足够了。或者当你所供养的对象是增上的所缘，例如佛陀、僧团，那时只要伴随着恭敬心，对佛法僧三宝有信心，也很可能会有智的生起。

假如内心糊里糊涂，或是遵循风俗、赶赶潮流，对自己所做的事情并没有清楚的认识，甚至不知是善还是不善，这时生起的心是没有智慧的。例如，许多人去寺庙里烧香拜佛，求平安、求保佑、求财、求学业，虽然夹杂着贪求之心，但还是属于善行。不过这种善行没有智慧，比较低劣。

第三、无行或有行——主动还是被动。例如大家现在来听阿毗达摩课，有机会学习佛法，有些人是主动来的，但有些人可能是被别人劝说才来的，这种情况就是被动。

所以，欢喜地做，或感受平平地做；有智慧地做，或没智慧地做；是主动地做，或被动地做，这是八种善心的区别。

图表4：八大善心

	受	是否与智相应	无行或有行
1	悦俱	智相应	无行
2	〃	〃	有行
3	〃	智不相应	无行
4	〃	〃	有行
5	舍俱	智相应	无行
6	〃	〃	有行
7	〃	智不相应	无行
8	〃	〃	有行

我们用八个例子来说明这八种善心：

一、悦俱智相应无行心：一位拥有业果智的女人自动且欢喜地去佛塔供鲜花。欢喜地做是悦俱；对业果有信心是智相应；主动供花给佛塔是无行。

二、悦俱智相应有行心：有一位拥有业果智的少女被同伴说服之后，欢喜地前往聆听佛法开示。对业果有信心，欢喜地聆听佛法，是悦俱智相应；由于她是被同伴说服才去听，因此是被动的，这时生起的是有行心。

三、悦俱智不相应无行心：有一位不懂业报的男孩自动且欢喜地布施钱给乞丐。欢喜地布施是悦俱。他不知道布施、帮助穷人这种行为能带来好的果报，不明白业果法则，是智不相应；但他是主动的，所以是无行。

四、悦俱智不相应有行心：有一位不懂业报的男孩，在校长的促请之下欢喜地捐了一百块钱。欢喜地捐钱，这是悦俱；但是他并不懂得业果法则，这是智不相应；由于校长下命令要捐钱，他才捐钱，这是有行心。

五、舍俱智相应无行心：有个女孩感受平平地扫地，但知道扫地是善业。

六、舍俱智相应有行心：有个男孩在一位比库的暗示下中舍地砍柴。虽然知道是善事，但他并不是欢喜地做，这是舍俱；知道帮寺院做服务是善事，这是智相应；由于他是在比库的暗示之下才去做，所以是有行的。

七、舍俱智不相应无行心：有个不懂业果智的女人主动地阅读佛书，但是不明其理。感受平平，是舍俱；她不明其意，也不懂业果智，是智不相应；但她是主动地去看佛书，这是无行心。

八、舍俱智不相应有行心：有个女孩在母亲的要求之下，无喜且不思业果地帮母亲洗衣服。没有感到高兴，这是舍俱；没有思惟业果法则，是智不相应；在母亲的要求下才做，这是有行心。

是不是做善事时一定要先思维业果法则才会有智相应呢？并不是！只要我们做事时相信这种善业、善行能够带来善的果报，这就是业果智。了解业果智并不是要我们斤斤计较，斤斤计较反而可能是贪求心。我们只需相信业果法则、因果规律就足够了，而不是说我现在布施了多少

钱，以后要一定拿回多少的回报，假如这样会变成功利主义，你的布施已经被动机所污染，是夹杂了贪爱的布施。

做善业时相信业果法则，相信我做了这件善事，生起的是善心，造的是善业因，当这种业因在因缘成熟时能带来善的果报，这就足够了。

在做布施、持戒、服务等的时候，相信业果法则，相信通过布施、持戒、服务等能带来好的结果，知道这些是应该做的事情，这是一种智慧。

在上座部佛教传统中，无论你是什么身份、从事什么职业，只要有机会来到寺院、亲近僧众，就应当习惯受持五戒。在受戒时表白说："sikkhāpadaṃ samādiyāmi." 意思是："我受持这学处，我接受这种训练规范。" 假如后来因为做不到而犯戒了，那么你的戒行就被你的过失行为破坏了。如果想重新受戒的话，应该重新受持皈戒，此时你的戒又成立了。因此大家有机会应当多多持戒，即使一时做不到很好，也不应该放弃受戒持戒的机会。

佛陀在世时，王舍城有个猎人靠猎鹿为生。他有位朋友是佛弟子，出于悲悯而经常劝阻他："你不要再造恶业了，不要因此堕落恶趣。假如你希望死后快乐，要自制不杀生。" 但是这个猎人不听，他的朋友仍然锲而不舍地劝阻，最后使他勉强答应在夜晚远离杀生，受持功德。不过，白天他仍然扛着弓箭去打猎。后来，这个猎人死后投生为

王舍城附近的天宫鬼(vemānikapeta)。拥有天眼的那拉达长老(Nāradatthera)看见这只奇怪的鬼：白天遭受着各种刑具的杀戮与折磨，并被无数条大狗追逐、围绕着撕咬，把他的全身只吃剩一堆骨头。但一到夜晚，这只鬼便具足五欲功德，被天子、天女们围绕服侍着，享受着各种欲乐。长老觉得很奇怪，一问才知道原来是由那个猎人投生的。由于猎人白天杀生的恶报，他遭受各种痛苦，又由于晚上持戒的功德，他享受殊胜的欲乐。这故事记载于《鬼故事·猎鹿鬼的故事》(Migaluddakapetavatthu)。

这个故事告诉我们：即使生起短暂的善心，也是有功德的。所以，我们要好好地持戒！

四、八大欲界果报心

讲了八种欲界善心之后，接着讲八种欲界果报心(kāmāvacara-vipākacittāni)。善心有八种，与善心相应的果报心也有八种，它们是欲界善心的果报。这些心称为“有因心”，以区别后面将会讲到的无因心。有因心里可能有无贪、无嗔两种美因，也可能有无贪、无嗔、无痴三种美因。这八种果报心与欲界善心一一对应，它们是：

1. 悦俱智相应无行一心；
2. 悦俱智相应有行一心；
3. 悦俱智不相应无行一心；

4. 悦俱智不相应有行一心；

5. 舍俱智相应无行一心；

6. 舍俱智相应有行一心；

7. 舍俱智不相应无行一心；

8. 舍俱智不相应有行一心。

这些心只是果报，并不会造业，它是过去所造的善业带来的果报，在体验这些果报时，生起的就是果报心。

相信在座每一位的结生心（入胎那一刹那的心，即生命的第一个心）和有分心一定是这八种心的其中一种。为什么这么肯定呢？因为我们能够投生为人，是由于过去生曾经造了善业。人是善趣，想要投生到善趣需要善业，只有善业在前生临终时成熟，今生才可以投生为人，导致投生为人的心即是善果报心。

有些人是无因结生的。为什么说在座没有无因者呢？因为无因结生的人比较容易辨认出来，例如天生瞎眼、耳聋或哑巴，天生小儿麻痹、缺手短脚，先天弱智（智障）、先天性疯狂，或是两性人，这一类人都是无因结生者。

在一期生命当中，结生心、有分心和死心都是同一类心，不会改变。例如某人过去生曾经造了善业：拿着袈裟到寺院供咖提那(kaṭhina)，在造此善业时是欢喜、主动的，并且相信业果法则，这种心叫做“悦俱智相应无行心”。他在前一世临终时，想起供咖提那衣这种善行，或者这种善业将要成熟了，于是供咖提那衣的影像即浮现于意门，

那时其心即缘取供养袈裟时的影像为所缘，然后死去。因为供养咖提那衣时生起的是“悦俱智相应无行善心”，所以临死速行心（生命的最后一个心路心）也是“悦俱智相应无行善心”，紧接着今生投生为人的结生心即是“悦俱智相应无行果报心”。所以，在今生只要没有心路发生的时候，生起的有分心都是这一类“悦俱智相应无行果报心”。也就是说：在没有看听嗅尝触想，以及熟睡无梦时，生起的心就是这类“悦俱智相应无行果报心”。

同理，如果造的是二因善业，例如在前一世所造的一种智不相应善业成熟而投生为人的话，今生的结生心就是二因，没有“无痴”心所，称为“二因结生”。

这一类影响一生的果报心，我们在后面讲到业果法则、死亡与投生之间的规律时会更详细地讨论。

五、八大欲界唯作心

唯作(kriyā)的意思是只是作，英文为 function。我们在经典里可以看到，佛陀也要托钵，接受信徒的供养，以及为弟子们说法等等，佛陀生起的这些心就是“唯作心”。

欲界唯作心(kriyācittāni)一共有八种，它们与八种欲界善心也是一一对应的，分别是：

1. 悦俱智相应无行心；
2. 悦俱智相应有行心；

3.　悦俱智不相应无行心；

4.　悦俱智不相应有行心；

5.　舍俱智相应无行心；

6.　舍俱智相应有行心；

7.　舍俱智不相应无行心；

8.　舍俱智不相应有行心。

这八种心唯有佛陀、独觉佛与断尽一切烦恼的圣弟子才能够生起，一般人是不可能体验这些心的。

阿拉汉圣者所生起的世间速行心都是唯作心。佛陀与一切阿拉汉圣者都不会再造任何的业。只要造了业，就会留下称为“业力”(kammasatti)的潜在影响力，一旦遇到因缘成熟，业因就能带来果报。同时，心还必须获得烦恼直接或间接的资助才能造业。阿拉汉圣者已经断尽一切烦恼，即使他们也像平常人一样生活，也要托钵、吃饭、大小便，也会听法、说法，也会持戒、禅修，也会布施，把所得到的必需品供养僧团或其他比库等，但是他们不会再造业。凡夫和有学圣者在造作这些行为时是善业，因为还会留下业的痕迹。阿拉汉圣者同样会造作这些行为，但是不会留下业的种子。正如《法句》93 偈和《长老偈》92 偈中这样说：

“Yassāsavā parikkhīṇā, āhāre ca anissito;

suññato animitto ca, vimokkho yassa gocaro;

ākāse va sakuntānaṃ padaṃ tassa durannayaṃ.”

“彼漏已尽，不依于食；

空与无相，彼解脱境；

如鸟飞空，踪迹难知。”

犹如天空中飞过的鸟儿不留下任何的痕迹，同样地，阿拉汉圣者所做的这些行为纯粹只是造作而已，不会留下任何业的痕迹。

无论是凡夫、有学圣者还是阿拉汉圣者，都会造作以上这些行为。不过，由于凡夫还没有断除烦恼，而有学圣者只断除了部份烦恼，特别是还没有断除无明（痴），因此，他们所生起的速行心还有可能受到烦恼的污染。只要还有烦恼，速行心里的思心所就还会造业，并留下业的痕迹。正如一个人走过沙地会留下脚印，又如脏脚走过白布会留下脚印，有了烦恼就会留下业的影响力，即业力或业因。当业因遇到适当的条件（缘）即会成熟，从而带来相应的果报。

佛陀、独觉佛和阿拉汉皆称为漏尽者(khīṇāsava)，即已经断尽一切烦恼的人。漏尽者都会经过两个阶段的般涅槃：有余依般涅槃和无余依般涅槃。这些圣者们虽然已经断尽一切烦恼，但是在还残留有五蕴身期间，称为有余依般涅槃。“余依”(upādisesa)是还残留着这一堆五蕴，“般涅槃”(parinibbāna)是完全灭尽，即烦恼的完全灭尽。当这些圣者的生命走到终点，死后五蕴不会再重组，不用再受生了，此时称为“无余依般涅槃”，即五蕴的完全灭尽。

例如，佛陀 35 岁在菩提树下证悟正自觉者时，即称为“有余依般涅槃”。他那时虽然已经断尽一切烦恼，但是还有这一堆五蕴，因此，这个躯壳还要承受过去所造之业的果报，还要遭受身体的痛苦。当佛陀 80 岁在古西那拉城的沙喇双树下般涅槃时，即称为“无余依般涅槃”。

阿拉汉圣者断尽烦恼之后，并不等于说就不吃人间烟火了，就连佛陀也还需要托钵进食以维持色身，还要说法教导众生。在表面行为上他们和普通人的生活没有什么两样，但是他们都是出家人，时时保持正念，而且不会生起善和不善心，也不会再造善和不善业。

因为一切不善心都称为烦恼，既然没有烦恼就没有不善心，所以阿拉汉圣者不会生起不善心。阿拉汉圣者也不会生起善心，虽然他们生起的心与善心相像，但这种心不能称为善心，因为善心和造业有关连。阿拉汉圣者已经不会再造业了，所以这些心是唯作心。

已经学习了欲界的善心、有因果报心和唯作心，这些心都依乐受或者舍受、有没有智及主动或被动而分为八种，即：八种善心、八种果报心和八种唯作心，这二十四种心称为美心(sobhanacittāni)。sobhana 是好的、美的，庄严的、光辉的、纯净的意思。因为这些心的本质是好的，所以称为美心。美心的涵义比善心要广泛得多，既包括善心，也包括大果报心、大唯作心，还包括色界心、无色界

心和出世间心。

图表 5：欲界二十四美心

	八大善心	八大果报心	八大唯作心
1	悦俱智相应无行心	≈	≈
2	悦俱智相应有行心	≈	≈
3	悦俱智不相应无行心	≈	≈
4	悦俱智不相应有行心	≈	≈
5	舍俱智相应无行心	≈	≈
6	舍俱智相应有行心	≈	≈
7	舍俱智不相应无行心	≈	≈
8	舍俱智不相应有行心	≈	≈

注：“≈” = 同左

我们也可以在这三组心前面加一个“大”字。例如，八种欲界善心可以称为“大善心”(mahākusalacittāni)。为什么称为“大”呢？因为这些心的名法数目比较多，另一个原因是这些心有八种，所以称为大。还有八种欲界有因果报心称为“大果报心”(mahāvipākacittāni)；八种欲界唯作心称为“大唯作心”(mahākiriyacittāni)。这二十四种心统称“欲界美心”。

六、十八无因心

第一、有因心和无因心

心依“因”可以分为两类：1、有因心，2、无因心。这里的“因”(hetu)是“根”(mūla)的意思。一共有六种“因”：无贪、无嗔、无痴以及贪、嗔、痴。这六种因都是心所。其中，无贪、无嗔、无痴称为三美因，贪、嗔、痴称为三不善根或不善因。只要一种心拥有其中任何一种因，就称为“有因心”。前面讲过的那些心都属于有因心，包括不善心也是。反之，若一种心中没有这六种因的任何一种，则称为“无因心”。

贪心为什么称为贪根心呢？因为拥有贪心所。拥有嗔心所的心就称为嗔根心。贪根心必定同时拥有贪、痴两种心所，它们是不会分开的。嗔根心也必定同时拥有嗔、痴两种心所。有些心只有痴心所，而没有贪和嗔心所，称为“痴根心”。因此，贪根心、嗔根心和痴根心都是有因心。

八大善心、八大果报心和八大唯作心都是有因心，因为它们都是美心。一切美心都是有因心，它们都有无贪、无嗔这两种遍一切美心心所。另外，智相应心还有称为“智”的无痴心所。无贪、无嗔和无痴三种心所称为三美因，拥有这三种心所的心称为“三因心”。而智不相应心因为没有无痴心所，所以称为“二因心”。

这里的“因”特指刚才讲到的那六种心所。由于这些

心所能使相应的心与心所变得稳定坚固，所以称为“因”。当知这里的“无因心”既不是说这些心的生起与存在没有原因，也不是无因见(ahetuka diṭṭhi)的“无因”，而是指这些心里并不存在那六种心所。二者用词虽然一样，但意义完全不同。

无因心(ahetuka-cittāni)一共有十八种：七种不善果报心、八种善果报心和三种唯作心。

第二、七不善果报心

此处的不善并非指业，而是指果报。不善果报心并不会造业，它们属于无记。

体验过去造作的不善业所带来的苦报之心，称为“不善果报心”。体验过去造作的善业所带来的善报之心，称为“善果报心”。因此，这里的善与不善并非依业而说，而是依果报来说的，故称为果报心。

不善果报心有七种，分别是：

1. 眼识（与舍俱行）
2. 耳识（与舍俱行）
3. 鼻识（与舍俱行）
4. 舌识（与舍俱行）
5. 身识（与苦俱行）
6. 领受（与舍俱行）
7. 推度（与舍俱行）

经典中通常把心识分为六识：眼识、耳识、鼻识、舌识、身识和意识。意识的范围很广，善心、不善心是意识，八大果报心、八大唯作心等也是意识。除了意识之外，眼、耳、鼻、舌、身识称为五识。

“识”就是心，因为它能认知、识别对象，所以称为识。其中，眼识依靠眼净色生起，其作用是直接与立刻识知（看）颜色。其余四种识（耳识、鼻识、舌识、身识）都能够缘取各自的目标。

我们平时所说的“用眼睛看”，其实并不是眼睛在执行看的作用。因为只有眼识（名法）才能看颜色，色法不能看，无法识知目标。虽然眼睛只是一堆色法，但是也不能说离开眼睛另有眼识，没有眼睛也不能看。

“眼睛”是个笼统的概念，在阿毗达摩里，有时它专指眼净色；眼净色是色法，并不能看，但能接受外在颜色的撞击。有时候眼睛也指眼处门的五十四种色法，它们包括了业生色、心生色、时节生色和食生色。

同理，耳识执行听声音的作用，鼻识嗅气味，舌识尝味道，身识触触觉。

如果这五识所识知的是不好的目标、不喜欢的对象，称为“不可爱所缘”(aniṭṭha ārammaṇa)。例如看到肮脏、丑陋、恐怖的东西，听到被人家咒骂，闻到恶臭、腥臭，尝到酸苦的味道，或身体遭受病痛、头痛、腹痛、被刀割伤、被火烫伤等等。这些人们普遍都不喜欢的人、事、物

即是不可爱所缘。

由于我们过去所造的业一直都在生命期间不断地成熟，于是每天都会体验到各种好的、不好的所缘。我们不可能每天都看到美丽的事物，听到悦耳的声音，吃到美味的食物，身体也不可能每天都健康舒服、无病无痛。当眼、耳、鼻、舌、身体验到这些不可爱所缘时，所生起的眼识、耳识、鼻识、舌识、身识就是不善果报心。

在这五识中，眼识只是单纯地看颜色，并不会对颜色进行加工，进一步加工是之后生起的意门心路的作用。其他四种识也是如此。当眼净色受到颜色撞击时能生起眼识。由于颜色对眼净色的撞击力比较弱，所以其受是舍受。眼识、耳识、鼻识、舌识之受都是舍受。

但对于身识来说，触所缘对身净色的撞击力比较强，所以受也较强烈。例如腰酸背痛，这些感受很直接，是“苦受”。苦受分为两种：1、嗔心中的忧受(domanassa vedanā)，2、身识的苦受(dukkha vedanā)。一切众生，哪怕是佛陀和诸阿拉汉，只要有身识就有身受。佛陀在度最后一个雨安居时患了严重的背痛，其时他虽然还有身体的苦受，但心已无忧受了。

另一种不善果报心是领受。以眼门心路为例：当颜色撞击到眼净色与有分时，首先生起了五门转向心，令心转向该颜色；随之生起看该颜色的眼识；眼识灭去后，生起领受心(sampaṭicchana)，领受眼识刚看过的目标，领受心

也是果报心；当领受心灭去后，紧接着生起的是推度心(santiraṇa)；推度心也是无因果报心，作用是推度或检查刚被眼识和领受心识知的目标。

领受心与推度心只会出现在五门心路，属于无因果报心。由于领受的所缘是不可爱的，即难看的颜色、难听的声音、难闻的气味、难吃的味道、身体的痛苦，所以生起的领受心与推度心也都是不善果报心。

须知所有的不善果报心都是无因心。也即是说，并不存在“有因”的不善果报心。因为不善果报心里不可能存在无贪、无嗔、无痴三种美因，同时也不可能存在贪、嗔、痴三种不善因。一旦拥有不善因，它们就能造不善业了。但果报心只是体验，不能造业。因为在一切不善果报心里都没有这六种称为“因”的心所，所以，不善果报心必定是无因心。

第三、八善果报无因心

除了七种不善果报心外，还有八种善果报无因心。分别是：

1. 眼识（与捨俱行）
2. 耳识（与捨俱行）
3. 鼻识（与捨俱行）
4. 舌识（与捨俱行）
5. 身识（与乐俱行）

6. 领受（与捨俱行）

7. 推度（与悦俱行）

8. 推度（与捨俱行）

我们除了会看到丑陋的、难看的对象，有时也会看到好看的对象。缤纷的色彩、如画的风景、美丽的人等，这些令我们感到舒服、愉悦的对象称为“可爱所缘”(iṭṭha ārammaṇa)；除了听到难听的声音，有时也会听到悦耳的声音。听到清晨的鸟鸣、美妙的音乐等声音的耳识是善果报心；闻到花香、食物香时的鼻识是善果报心；品尝美味可口食物的舌识也是善果报心；身识也是一样，坐在柔软的沙发上、躺在舒适的床上，或者温度适宜，受人爱抚、按摩，此时的身识是善果报心。因为眼睛看的、耳朵听的、鼻子嗅的、舌头尝的、身体触的都是可爱所缘，这是善的果报，能体验可爱所缘的心即是善果报心。又由于眼、耳、鼻、舌等净色接受外界对象的撞击比较弱，所以伴随着生起的感受是舍受。但触所缘对身净色的撞击力是强的，身识伴随着生起的是舒服的感觉，属于乐受。

善果报领受心与不善果报领受心的作用是一样的，只是体验的所缘性质不同而已。领受心之后是推度心，推度心依照受可分为悦俱和舍俱两种，而不善果报推度心只是舍俱。八善果报无因心与七不善果报心的区别只在于接触的所缘性质不同。有时会遇到特别可爱、可意的所缘，例如遇见佛陀、拜大金塔等，由于所缘对心的冲击力强，生

起的推度心就是悦俱。若平时见到熟识的朋友，或司空见惯的事物，生起的推度心则是舍俱。

其他七种善果报无因心和七种不善果报心的名字和作用都相同，只是所体验的对象性质不同，一者是体验可爱所缘，一者是体验不可爱所缘。

图表6：十五无因果报心

	七不善果报心		八善果报无因心	
1	舍俱	眼识	舍俱	眼识
2	舍俱	耳识	舍俱	耳识
3	舍俱	鼻识	舍俱	鼻识
4	舍俱	舌识	舍俱	舌识
5	苦俱	身识	乐俱	身识
6	舍俱	领受	舍俱	领受
7	舍俱	推度	舍俱	推度
8			悦俱	推度

我们身处这个世间，每天所遇到的事物不可能都是好的，也不可能都是不好的。一个人福报的好与不好，和果报有很大关系。在贫穷落后的国家，很多人住的屋子都只是简陋的茅棚，蚊子、苍蝇很多，吃的也是粗茶淡饭，因为他们的福报不好；但是在座各位居住在新加坡，有漂亮的城市建筑、整齐的城市规划、美味食物触手可及，这些

都是在座的善果报。所以，我们每天接触到的对象好坏与福报有关：善的果报称为福报；不善的果报称为苦报。而体验种种福报与苦报的心，就是这些果报心。

第四、三无因唯作心

无因唯作心有三种：

一、五门转向心（舍俱）。当对象撞击到五种根门之时，在相应的五识生起之前，有一种称为“五门转向”的心先生起，其作用是使心转向于目标。这种心并不执行看、听、嗅、尝、触的作用，只是纯粹转向目标，以便使五种识随之生起。

心的生灭速度极快，一生起即灭去。光说看东西，就涉及很复杂的心路，只不过其生灭速度太快，以致我们以为它们同时生起而已。

当颜色撞击眼净色和有分时，先生起一个把心流转向所缘的转向心，在转向心之后才接着生起一连串的心路心。这里的转向心是在五识生起之前的心，它能使心流转向目标，称为“五门转向心”。

二、意门转向心（舍俱）。与五门转向心的作用相同，都是转向，把心流拉向目标。当我们在没有看、听、嗅、触、尝的时候，还是会想东想西，此所谓的想，即属于意门心。例如坐在这里想昨天的事情，此时就生起一个将心流转向于曾经体验过的事情之心，这种心称为“意门转向

心”。五门转向心与意门转向心都是舍俱。

意门转向心能生起于五门心路和意门心路，在这两种心路中，它所起的作用有所不同。在五门心路中，它被称为“确定心”，在推度心之后、速行心之前生起，作用是确定或鉴别五识之一刚识知的目标。在意门心路中，它被称为“意门转向心”，作用是把心流转向于意门心的目标。

三、阿拉汉生笑心（悦俱）。佛陀与阿拉汉都会发笑。经典中叙述，佛陀看到欲界一些很可笑的目标时也会笑，阿难尊者看到佛陀微笑，知道世尊不会无故而笑，于是恭请佛陀说法。佛陀和阿拉汉圣者看到欲界众生的一些愚痴相便会笑，不过这种笑不是取笑、不是讥笑，而是可笑。当看到欲界众生由于不善业带来一些奇怪的果报，例如有些鬼类眼睛像铜球，或嘴巴长得很大，或喉咙像一根小针管，或肚子像大水缸等千奇百怪的模样时，阿拉汉们有时候会笑，这种笑属于无因心。

佛陀与阿拉汉圣者执行笑的心有五种，其中一种是“无因生笑心”，另外四种是“悦俱唯作心”。而凡夫的笑是由八种心执行的，其中四种是悦俱善心，另外四种是悦俱贪根心，它们都是乐受。当你们在看娱乐节目时发笑，多数属于悦俱贪根心。

哭则是由两种忧俱嗔根心执行的。流眼泪有时不一定是嗔，不一定是忧俱，欢喜也会流眼泪。例如感动、激动而流泪，这时是悦俱。但是因悲伤、忧愁、委屈或痛失亲

友而流泪就属于忧俱；只要是忧俱，就是嗔根心。

所以，我们可以通过学习阿毗达摩来分析人的表情，分析平时生起的心，要学以致用。

十八无因心是：七不善果报心、八善果报心、三唯作心。由于这十八心既不包含贪、嗔、痴三种不善因，也不包含无贪、无嗔、无痴三种美因，所以称为“无因心”。除了这十八种无因心之外，其他的心都是有因心。

如此，欲界心共五十四种：十二不善心（八贪根心、二嗔根心、二痴根心）；二十四美心（八欲界善心、八欲界有因果报心、八欲界唯作心）；十八无因心（七不善果报心、八善果报无因心、三无因唯作心）。这些心大部份都生起于欲界众生，虽然色界、无色界梵天人也有可能生起其中某些心，但是由于这些心所属之地（性质）是欲界，所以称为“欲界心”。

这五十四欲界心各有其名字，看起来似乎比心所还复杂，但只要掌握其规律，即变得简单易记。例如：不善心有贪、嗔、痴三类，其中，八贪根心的区别只在于受是悦俱还是舍俱、是否与邪见相应、无行还是有行。对于欲界善心也是如此：受是悦俱还是舍俱、是否与智相应、无行还是有行。只要掌握这三种区别方法，就可记住欲界的二十四个善心、果报心和唯作心。在十八无因心中，除了一

个悦俱推度心，其余的善果报心与不善果报心名字都一样，只是体验可爱的对象为善果报心，体验不可爱的对象为不善果报心。

图表 7：五十四欲界心

性质	种类	数量
十二不善心	贪根心	8
	嗔根心	2
	痴根心	2
二十四美心	大善心	8
	大果报心	8
	大唯作心	8
十八无因心	不善果报心	7
	善果报无因心	8
	无因唯作心	3

心可依本性分为四类：不善心、善心、果报心、唯作心。心又可依界分为四类：欲界心(kāmāvacara-citta)、色界心(rūpāvacara-citta)、无色界心(arūpāvacara-citta)、出世间心(lokuttara-citta)。五十四欲界心当中，除了八大唯作心与阿拉汉生笑心是普通人无法体验到之外，其余的心都是我们在日常生活中可以体验到的。换言之，只要一个人还是无禅那的凡夫，他所生起的心都是欲界心。

第十二讲 色界心

一、色界心的定义

接下来我们讲超越欲界的心。

首先是色界心(rūpāvacara-citta)。rūpa 是色，色法的色，avacara 是界，citta 是心。色界心包括一切“活动于”或属于色界的心。

生命界可以分为三界：欲界(kāmāvacara)、色界(rūpāvacara)和无色界(arūpāvacara)。欲界是我们所处的这个世间。欲界众生可分为五大类：地狱、饿鬼、畜生、人和天，若再加上阿苏罗则为六类。其中，地狱、鬼、畜生称为恶趣，若加上阿苏罗则成为四恶道；人与天属于欲界善趣。这些众生生活在欲界(kāmāvacara bhūmi)，他们经常生起的心即是欲界心。

若有人证得了色界禅那而投生到色界天，即成为色界梵天人(brahma)，他们的生存界称为色界。欲界的色法是粗劣的，而色界的色法则是微细的。即使欲界天人的色身很漂亮，但遇到色界梵天人时也相形见拙。《长部·人中公牛经》(Janavasabha suttaṃ)中提到：有一次常童子梵天(Brahmā Sanaṅkumāro)参加三十三天众的聚会，先须变成

粗劣之身呈现，如果以原来的梵天身出现的话，三十三天人将无法看见。即使以欲界天的粗劣身显现，也比其他欲界天人更加光明辉耀。(D.18)

尽管色界梵天人的色身极光辉、晃耀、微细，但仍属于色法。投生色界必须证得禅那，禅那是通过修定而达到的。梵天人经常生起禅那心，欲界有情也可以通过修定而生起这些心。例如禅修者通过专注入出息而证得禅那，在进入禅那时，所生起的心即属于色界善心。

色界善心可被凡夫和有学圣者所体验。当然，在欲界地唯有人和天人才有可能证得禅那，地狱众生、鬼和畜生都不能证得禅那，因为只有三因结生者才能证得禅那。当一个人证得禅那并且维持至临终不退失，他的下一生将能随其所愿而投生到与其所证禅那相应的梵天界。假如你有能力证得第四禅，而且希望下一生投生到第四禅天，如此保持此禅那至临终时都不退失，死后即能投生到第四禅的广果天。

色界心依善心、果报心和唯作心分为三类，共有十五心。其中，色界善心依五种禅那而分为五种，人、天人、梵天人入禅时生起之心即是“色界善心”。

当人或天人投生到梵天界时，其结生心即是色界果报心，因为这是由修习禅那的善业所带来的果报，使他投生为清净、光明、晃耀、宁静与寿命极长的梵天人。

佛陀及阿拉汉圣者在生命期间入禅时生起之心属于

唯作心。漏尽圣者与凡夫和有学圣者入禅的性质不同，凡夫与有学圣者入禅时生起的是善心，而佛陀与阿拉汉圣者入禅时生起的只是唯作心。因为阿拉汉圣者已断尽色爱，断尽了任何能导致投生的烦恼，所以不会再因入禅而造业和投生到色界天。

二、如何证得色界禅那

为什么称为色界禅那呢？因为这类禅那必须通过专注基于色法产生的概念而证得，故属于色界。

禅那，巴利语 jhāna 的音译，梵文是 dhyāna。《清净之道》这样解释：

1. Ārammaṇ'ūpanijjhānato jhānaṃ.

“专注所缘故为禅那。”

āramma 是所缘、对象；upanijjhāna 是注视、专注。专注所缘，称为 jhāna。

2. Paccanīkajhāpanato jhānaṃ.

“烧尽敌对法故为禅那。”(Vm.75)

paccanīka 是敌对，即禅那的敌对法。和禅那敌对的是“五盖”：欲贪(kāmacchanda)、嗔恚(vyāpāda)、昏沉睡眠(thīna-middha)、掉举追悔(uddhacca-kukkucca)及疑(vicikicchā)。“盖”即障碍。只要具有五盖的其中之一，心就无法平静，不能专注目标。因为这些盖能障碍培育定

力、培育智慧，故称为“盖”。又由于这些烦恼与心的平静、专注对立，故称为“敌对法”——paccanīka。jhāpana是烧，其动词形式是jhāpeti。以烧尽敌对法，故称为jhāna。

因此，禅那有两种意思：一、专注所缘，二、烧尽敌对法。如果不通过专注所缘则不可能证得禅那；如果不去除五盖，也不可能证得禅那。一种依获得法来解释，另外一种依排除法来解释，这两种都解释得很好。

如果想证得色界禅那，假如通过专注心念或其他究竟法都无法达成的，唯有专注基于色法所产生的概念才能证得。以修习入出息念(ānāpānassati)为例子，这种禅修业处须通过专注呼吸本身，当呼吸变成禅相后，由专注禅相而证得禅那，禅相是概念法而非究竟法。因此，专注呼吸时，不应该注意呼吸的轻柔、细滑、流动、暖、凉等，因为这些属于地、水、火、风四界；也不应该注意皮肤的触觉，而只应注意呼吸本身，呼吸的本身即是概念法。虽然呼吸属于我们身体里风界最明显的部分，但却不应该注意风；如果注意风，将会注意到它的推动，那就成了修四界差别，而非修入出息念。同时，也不要把心投入到呼吸里去观察究竟法或注意其生灭。因此，《清净之道》教导不应注意入出息的自性相与共相。自性相包括柔软、轻盈等，这些属于地界的特相，流动、黏结属于水界，冷、暖属于火界，推动、支持属于风界，我们不应该专注这些自性相。共相即“无常、苦、无我”，也不应注意。应把呼吸当成一个

整体，只是专注这个概念。当心很专注时，呼吸会变得愈来愈细。当心更专注、定力提升时，会发现呼吸变成光，此时称为“取相”(uggaha nimitta)。当心持续地专注取相，它会愈来愈明亮、愈来愈晃耀，此时称为“似相”(paṭibhāga nimitta)。把心投入似相，即可证得入出息念的禅那。

专注呼吸时，呼吸是概念，当呼吸变成禅相，禅相也是概念。因为禅相由心想而生，唯有专注这种概念法才能证得禅那。假如一会儿专注呼吸，一会儿观心念，则无法证得禅那。为什么修入出息念能证得禅那，而修四界差别无法证得禅那呢？因为修四界所取的对象是自性法（究竟法），所以只能达到欲界近行定。

又如修不净，通过专注自身的三十二身分也可以证得禅那，因为身体的部分（头发、身毛、指甲、牙齿、皮肤……）都是概念法。专注 kesā（头发）, lomā（身毛）, nakhā（指甲）, dantā（牙齿）, taco（皮肤）, maṃsaṃ（肉）等概念法可以证得初禅。因为身体属于色法，专注基于身体三十二个部分所产生的概念，即可以证得初禅。

通过专注外在的尸体来修不净也可以证得初禅。

如果取一切众生为对象，向他们散播慈爱：“愿一切众生远离一切危难；愿一切众生远离精神的痛苦；愿一切众生远离身体的痛苦；愿一切众生快乐安稳！”因为四无量心的对象是一切众生、一切有情，这些都是概念法，因此修慈心可以证到第三禅，修悲心、喜心同样可以证到第

三禅，修舍心则直接证得第四禅。

如果以究竟法为目标，例如观照色法，分析至只见到地、水、火、风等究竟法时，则没有所谓的人、男人、女人等这些概念。又例如观照心念，一时观照善心，一时观照不善心，也不能够证得禅那。为什么呢？因为心极快速地生灭。如果专注快速生灭的对象，心将不能持续地专注，因为目标不停地变化。犹如看着一只猴子跳来跳去，眼睛也会追随着它。如此，专注的对象一直在变化，心也将无法持续专注。所以说专注共相也无法证得禅那。

因为色界禅那必须通过专注基于色法产生的概念而证得，所以这些定力也属于色界。

三、初禅的五禅支

色界善心有五种，这五种是通过专注特定的目标而生起的。为什么是五种呢？在经教法里通常提到四种禅那：初禅、第二禅、第三禅和第四禅。不过，佛陀也经常提到有三种定："有寻有伺定"(savitakkasavicāro samādhi)、"无寻唯伺定"(avitakkavicāramatto samādhi)和"无寻无伺定"(avitakka-avicāro samādhi)。其中，"有寻有伺定"属于初禅，而"无寻无伺定"包括经教法第二禅以上的所有禅那，为了不遗漏"无寻唯伺定"，因此，阿毗达摩把色界禅那分为五种。

图表8：禅那的分类

<table>
<tr><th></th><th>三种禅那</th><th>经教四禅那</th><th>论教五禅那</th></tr>
<tr><td>1</td><td>有寻有伺定</td><td>初禅</td><td>初禅</td></tr>
<tr><td>2</td><td>无寻唯伺定</td><td rowspan="2">第二禅</td><td>第二禅</td></tr>
<tr><td>3</td><td rowspan="3">无寻无伺定</td><td>第三禅</td></tr>
<tr><td>4</td><td>第三禅</td><td>第四禅</td></tr>
<tr><td>5</td><td>第四禅</td><td>第五禅</td></tr>
</table>

五种色界善心是：

1. 寻、伺、喜、乐、一境性俱初禅善心；
2. 伺、喜、乐、一境性俱第二禅善心；
3. 喜、乐、一境性俱第三禅善心；
4. 乐、一境性俱第四禅善心；
5. 捨、一境性俱第五禅善心。

寻、伺、喜、乐、一境性五种心所称为禅支。“俱”是伴随着一起。换言之，初禅善心必定伴随着这五禅支，因此称为“寻、伺、喜、乐、一境性俱初禅善心”(vitakka-vicāra-pīti-sukh’ekaggatā-sahitaṃ paṭhamajjhāna-kusalacittaṃ)

初禅的五禅支是：

一、寻(vitakka)——把心投入似相(paṭibhāga nimitta)。

寻也有思维、思考之义,我们平时思考问题、逻辑推理等,都是寻心所在起主要作用。然而在禅那心中,寻是指把心投入似相的心所。正如国王的亲信有能力带村民进入皇宫,同样地,寻心所也能将心投入到目标。对于修禅定来说,“寻”的特别作用是对治昏沉睡眠盖。

二、伺(vicāra)——使心继续保持于似相。把心投入似相之后,心继续专注于目标。在禅那中,“伺”的特别作用是对治疑盖。

“寻”和“伺”的区别是:寻是令心投入目标,伺是继续维持目标。《清净之道》用几个比喻来解释:当一只鸟准备起飞时,它先拍一拍翅膀,然后在空中翱翔;拍翅膀的时候如同“寻”,在空中翱翔的时候如同“伺”。又犹如敲钟,当钟椎撞击到钟时,发出“当”的声响,钟椎敲到钟如同“寻”,余音回响如同“伺”。又如一只蜜蜂,冲向花朵的时候如同“寻”,当它到达花朵后在上面盘旋如同“伺”。

三、喜(pīti)——喜欢似相。pīti 源于动词 pīṇayati,是使喜悦的意思,在这里是指喜欢对象,对所缘有兴趣。

《清净之道》把“喜”分为五个不同层次:

小喜(khuddikāpīti)——能够让人身毛竖立,即一个人高兴的时候身毛竖立;

刹那喜(khaṇikāpīti)——如同闪电一般的喜悦；

继起喜(okkantikāpīti)——如海浪拍打海滩一样，一阵一阵的欢喜；

踊跃喜(ubbegāpīti)——当一个人很高兴时可以使身体跳起来；

遍满喜(pharaṇāpīti)——犹如洪水注满整个山洞一般的喜悦。

禅那心中的喜禅支是指“遍满喜”，因为禅修者对禅那的体验是喜遍满全身。正如佛陀在《沙门果经》中比喻说，就好像一个熟练的洗浴师在铜盆里撒了洗浴粉后，不断洒水揉捏，使这个沐浴球内外皆被水渗透、浸透、遍满、湿润且不滴下。同样地，当一个人证得初禅的时候，能体验到喜好像遍满全身每一个细胞一样。这种喜称为遍满喜，即喜遍满了整个身心。(D.2)

四、乐(sukha)——体验似相的快乐感受。这里的乐在心所里属于受心所(vedanā)，即乐受或悦受。

我们前面讲到有三种受：苦受、乐受、不苦不乐受。也讲到五种受：苦受(dukkha vedanā)、忧受(domanassa vedanā)、乐受(sukha vedanā)、悦受(somanassa vedanā)和舍受(upekkhā vedanā)。禅支的受是哪种受呢？在三种受当中是乐受，在五种受当中是悦受。这里的受是指心受，而不是身受。当我们的身识体验到善果报时，生起的受是

乐受，属于身受，但是这里的乐受是指心的乐受。

虽然喜和乐经常伴随着生起,但是它们的作用是不同的：在五蕴当中，喜属于行蕴，而乐属于受蕴；喜属于六杂心所之一，乐受则属于遍一切心的心所。

喜与乐之间的关系很密切，但是又有所不同。在欲界心里，只要有喜必定有乐，只要有乐必定有喜。但在色界心中，喜与乐可以分离，因为喜较粗，乐更细。

《清净之道》这样比喻喜与乐的关系：一个人在沙漠中长途跋涉，烈日当空，但水却喝完了，突然发现前面有一片绿洲，那时他的心感到很兴奋，赶快跑向绿洲，在绿洲中尽情地喝水，尽情地洗浴，然后躺在树阴下睡觉，享受着绿洲和水的快乐。看到绿洲时的兴奋比喻喜，享受水和树阴时的愉悦比喻乐。

五、一境性(ekaggatā)——心专注似相。eka 是“一”，agga 是一点，tā 是状态，ekaggatā 是心处于专注一个所缘的状态。所谓“定”(samādhi)，就是一境性心所。一境性可以镇伏欲贪,作用是紧密地专注目标,这是禅那的特征。一切心中都有一境性心所,它是七遍一切心心所(触、受、想、思、一境性、名命根、作意）之一。

欲界心中的一境性是很弱的,因为欲界心持续专注一个所缘最多只能维持七个心识刹那，时间极短。要持续专注目标，只能继续生起其他的心路。但是，禅那心中的一

境性是很强的，因为在所有的禅那心中，一境性只是专注一个所缘，而且禅那心可以持续生起无数次，被称为安止速行。这些在以后讲心路的时候还会详细讲解。

这五禅支其实都是名法和所缘（似相）的关系：寻是心投入似相，伺是心持续地保持在似相上，喜是心喜欢似相，乐是心体验似相的快乐，一境性是心专注似相。

所以，“禅支”只是名法对似相的作用而已！将来大家有机会证得禅那的时候，记住这五种作用是很有帮助的。因为要确定自己是否真的证得禅那，必须查到禅支，否则连自己证得禅那都糊里糊涂。如果能够在“有分”处查到这五禅支，你就会有体验，可以把它们描述出来。

五禅支巴利语叫做 pañca jhānaṅga，jhānaṅga 是由 jhāna+aṅga 构成，jhāna 是禅那，aṅga 是成份。正如五根手指和手掌构成了“手”；同样地，所谓的“禅支”是指禅那的组成部分，整体称为“初禅”，个别分开来叫做寻、伺、喜、乐、一境性。它们都是心所，若要再细分，初禅是 1 心 + 33 心所，这些留待以后再详说。由于这五禅支整体称为“初禅”，所以同时具有这五禅支的心称为“初禅善心”。

四、五自在

当一个人有能力查到五禅支之后，还必须继续修习五自在(pañcavasī)。五自在对修习每一种禅那都是必须的。五自在分别是：

一、转向自在(āvajjanavasī)——能够在出定之后转向于禅支；

二、入定自在(samāpajjanavasī)——能够在任何时刻入定；

三、决意自在(adhiṭṭhānavasī)——能够随自己意愿住定多久；

四、出定自在(vuṭṭhānavasī)——能够在预定的时间出定；

五、省察自在(paccavekkhaṇavasī)——能够在出定之后省察禅支。

禅修者在刚练习入禅时，先不应急着去查有分和查禅支，而应该练习让心持续专注禅相一段很长时间，等到可以专注三、四个小时之后，再练习查有分。查到有分之后，在有分处查禅支。查到五禅支之后，他应该练习禅那的五自在。

如何练习禅那的五自在呢？他应当决意："让我进入初禅三个小时"，下了这个决意之后，专注鼻头一带的呼吸，禅相出现后，即把心投进似相。有的禅修者可能还不

够善巧，要专注好几分钟甚至十几分钟，呼吸才能变成禅相，这就不能叫做入定自在；只有当他想要入定时就很快可以入定，才能叫做“入定自在”。

入定之后他的心即能稳固地专注禅相维持三个小时，等他突然生起一个心念:“时间到了”,然后把心转向到“有分”之处检查禅支，这叫做“转向自在”。

他可以在“有分”处迅速地查到五禅支，叫做“省察自在”。

查完五禅支之后出定，这时正好和他所预设的时间一致。例如他决意要坐到五点钟，当他出定时正好是五点钟，这叫做“决意自在”。

唯有练习了初禅五自在之后，才练习第二禅。有了第二禅五自在之后，再练习第三禅、第四禅，这样禅那才会稳固。

这是修习禅那五自在的方法。

五、第二禅至第五禅

论教法依色界善心把色界禅那分为五种，而经教法的划分又稍有不同，通常把寻、伺、喜、乐、一境性俱初禅善心称为初禅；喜、乐、一境性俱第三禅善心称为第二禅；乐、一境性俱第四禅善心称为第三禅；舍、一境性俱第五禅善心称为第四禅。这是色界的四种禅那。

因为有些禅修者在舍禅支时是逐个逐个舍,比如先舍寻,再舍伺,所以成为五禅。但是经教法的教导是寻和伺一起舍,在帕奥禅林的禅修教学实践也是如此。因此,我们平时所讲的第二禅等于论教法五种禅那中的第三禅。

当禅修者有能力证得初禅之后,若想要继续证得第二禅,应当先学习查有分和查初禅的五禅支,查到禅支之后,再练习初禅的五自在。

为什么要查禅支呢?有些禅修者在查禅支时遇到一些问题,就生气地说:"我是来体验内心平静的,现在您给我这么多功课,禅修变成一种任务!"然而,如果禅修者不会查禅支,当他想要上第二禅的时候,如何透过去除禅支上第二禅呢?因为证得第二禅、第三禅等更上一层的禅那是通过去除粗的禅支而证得的。

我们现在依论教法来讲如何证得第二禅:当他练习了初禅的五自在之后,再进入初禅约一个小时。从初禅出定之后,在有分之处查五禅支。查到五禅支之后省思:"由于初禅接近敌对的五盖,而且还有粗的寻禅支,所以其禅支弱(寻是让心投入禅相,是一种动态强的心所,所以较粗。伺是心保持在似相上,相对较细),它不如第二禅那么寂静、殊胜。"于是他决意去除寻禅支进入第二禅,然后通过专注似相,他将能证得有伺、喜、乐、一境性的第二禅。

对于第三禅和第四禅也是一样,都是通过去除更粗的

禅支而证得的（第五禅通过平静乐禅支而证得）。在这五种禅支当中，寻是最粗的，第二粗是伺，第三粗是喜，第四粗是乐，但不能把心一境性都舍掉了。

当禅修者证得第二禅之后，应当练习第二禅的五自在，练习纯熟之后，应当尝试修更上的禅那。

有能力进入第二禅，就应当修习第三禅。如何证入第三禅呢？先入初禅，再入第二禅，进入第二禅一个小时出定之后，再查伺、喜、乐、一境性这四个禅支。于是他省察："由于第二禅接近敌对的寻，而且还有粗的伺禅支，所以禅支也弱，它不如第三禅那么寂静。"于是他抱着对第三禅的希求而再把心投入似相，将能成就第三禅。

当他成就第三禅之后，应当练习第三禅的五自在，然后再上第四禅。成就第四禅和练习五自在之后，再成就第五禅。这是简单地讲述如何培育五种色界善心的方法。

图表9：五禅那与五禅支的关系

	禅那	寻	伺	喜	乐	一境性
1	初禅	√	√	√	√	√
2	第二禅		√	√	√	√
3	第三禅			√	√	√
4	第四禅				√	√
5	第五禅				舍	√

六、色界果报心

通过专注特定的、基于色法形成的概念所生起的定心，称为色界善心。如果一个拥有禅那的人、天人或者梵天人，只要他在临终时还有能力进入禅那，他可以随自己的意愿投生到自己喜欢的梵天界。其时他只要进入某一种曾经证得的禅那，在其下一生就能投生到与该禅那相符的梵天界。

如果他在临终时进入初禅，下一生将能投生到初禅梵天；如果进入第二禅或第三禅，下一生将投生到第二禅梵天；如果进入第四禅，下一生将投生到第三禅梵天；如果进入第五禅（这里指论教法的第五禅，即经教法的第四禅），他将投生到第四禅梵天。

当他投生到色界梵天的时候，其结生心和有分心就是果报心。色界果报心也有五种，分别与所证得的禅那善心一一相应。善心是造业之心，果报心是体验业的果报之心。这五种色界果报心分别是：

1. 寻、伺、喜、乐、一境性俱初禅果报心；
2. 伺、喜、乐、一境性俱第二禅果报心；
3. 喜、乐、一境性俱第三禅果报心；
4. 乐、一境性俱第四禅果报心；
5. 舍、一境性俱第五禅果报心。

这五种果报心不会发生在心路中。当人或梵天人入禅的时候，这些果报心是不会生起的，它们只会生起于色界梵天人的离心路，即结生心、有分心和死心。也即是说，有情投生到色界梵天的心——结生心——就是色界果报心，因为投生到梵天界属于果报，是由于禅那善业带来的果报，所以结生心不是善心而是果报心。同时，一个梵天人在一生当中只能生起其中的一种果报心，五种果报心不可能在生命期间同时生起。如果一个人证得禅那，前面的五种色界善心在他的一生当中都可以体验到，一旦他投生到梵天界，那一生当中就只能生起与投生时相应的果报心。因为结生心已经决定他投生为哪一界的梵天人。

这五种色界果报心不是欲界众生能够体验到的，也不是无色界众生能够体验到的，这些心甚至不会生起于梵天人的心路，只会出现在他们的离心路，执行得禅者投生到梵天界的结生作用，以及梵天人的有分心和死心。

投生到初禅梵天的所有梵天人都是寻、伺、喜、乐、一境性俱初禅果报心，无论初禅天梵天人有多少千万亿位，都是这一种心；第二禅天梵天人有第二、第三禅两种果报心；第三禅天梵天人是第四禅果报心；第四禅天有六种梵天人是第五禅果报心，凡夫和初果、二果圣者可以投生到广果天，三果圣者可以投生到净居天（分为五层：无烦天、无热天、善现天、善见天和色究竟天），他们的结生心都是舍、一境性俱第五禅果报心。

七、色界唯作心

除了以上五种果报心之外，还有五种色界唯作心。色界唯作心和色界善心一样，都是一个人在生命期间可以体验到的，只不过这五种唯作心只有佛陀和阿拉汉圣者才能体验到。凡夫、欲界天人、梵天人和初果圣者、二果圣者、三果圣者入禅定时生起的只是善心，唯有佛陀和阿拉汉圣者在没有般涅槃之前进入禅那时生起的心才是色界唯作心。佛陀也会进入初禅、第二禅、第三禅、第四禅、第五禅，入禅那时生起的心就是色界唯作心。

这五种色界唯作心分别是：

1. 寻、伺、喜、乐、一境性俱初禅唯作心；
2. 伺、喜、乐、一境性俱第二禅唯作心；
3. 喜、乐、一境性俱第三禅唯作心；
4. 乐、一境性俱第四禅唯作心；
5. 舍、一境性俱第五禅唯作心。

可以这样来区别善心、果报心与唯作心：善心是一般禅修者可以体验到的心，既可以在欲界发生，也可以在色界发生。色界果报心只会发生在色界，欲界有情和无色界梵天人都不可能有这种心。色界唯作心可以发生在欲界，也可以发生在色界，但是只有断除烦恼的漏尽者才能够体验到，一般的凡夫和有学圣者则无法体验。

图表10：色界十五心

	善心	果报心	唯作心
1	寻、伺、喜、乐、一境性俱初禅心	≈	≈
2	伺、喜、乐、一境性俱第二禅心	≈	≈
3	喜、乐、一境性俱第三禅心	≈	≈
4	乐、一境性俱第四禅心	≈	≈
5	舍、一境性俱第五禅心	≈	≈

第十三讲、无色界心

一、无色界心的定义

无色界心可以分为四种：

1. 空无边处心；

2. 识无边处心；

3. 无所有处心；

4. 非想非非想处心。

也可以分为三类：善心、果报心、唯作心。

为什么称为无色界呢？

一、想要证得无色定，必须专注非色法，无论专注概念法还是心法都可以，总之必须远离一切色法，更准确地说是通过超越色法而证得。

二、投生到无色界的所有有情（梵天人）没有任何色法，只有心和心所，因此佛陀把无色界梵天人称为“四蕴有”。因为无色界梵天人没有色法，只有受、想、行、识这四名蕴，所以叫“无色”(arūpa)。我们所处的世间称为“五蕴世间”，因为拥有色、受、想、行、识五蕴。

想要达到无色定必须先修习遍业处。佛陀教导了十种遍业处(kasiṇa)，称为十遍：地遍、水遍、火遍、风遍、

青遍、黄遍、红遍、白遍、光明遍和限定虚空遍。在这十遍中，前面九种是进入无色定的基础禅那。换言之，如果想进入无色定，就要通过遍禅而进入。修入出息念达到的禅那不能直接增修进入无色定，唯有通过这九遍才可以。

二、如何证得无色定

第一、如何证得空无边处定

想要证得空无边处定的禅修者，先要修习十遍，例如地遍，他可以先做地遍的遍相。有两种方法：一种是无禅那者的方法，另一种是有禅那者的方法。

我们在这里讲有禅那者证得地遍的方法：先找一块像黎明颜色的地面，这块地面必须平坦，没有凹凸不平，没有树叶、树枝等粗的所缘。他看着那块地面，作意为“地”，即通过眼睛取相；取相之后回到自己的座位，依次地进入根本业处（例如入出息念）的初禅、第二禅、第三禅、第四禅；从第四禅出定之后，决意用经由禅那培育出来的光去照见刚才所看到的那块地面，地的相将清晰地出现在他的意门，此时他不应去作意地的颜色、坚硬、质材等，只是对地的概念数数作意“地、地、地……”，或者用巴利语“paṭhavī, paṭhavī, paṭhavī……”来作意。

由于其心一直专注在“地”上，这块粗的地相逐渐变得清澈、光滑。当地的遍相稳固之后，再把地的遍相慢慢

扩大，扩大到遍一切处，这个叫做 kasiṇa。kasiṇa 的意思是“遍一切处”。这时他将发现整个世间都是一片地，他把心投入到“地”的遍相中，从而证得初禅。当他证得初禅之后，检查禅支，然后再次第证得第二禅、第三禅、第四禅，并练习它们的五自在。

想要证得无色定者，应思惟色法的过患：“由于有了色法，才会出现施加棍棒、施加刀枪、纷争、争辩、争斗等现象；有了色法，才会遭受头痛、牙痛、喉咙痛、肩膀痛、腰痛、肚子痛等数千种病苦，但在无色界中却没有这一切过患。”

为了超越色法，禅修者先修习地遍至第四禅，出定后思惟该禅那的过患：“此第四禅是以我所厌恶的色法为所缘，且接近敌对的第三禅，它不如空无边处那么寂静。”于是他抱着想要超越一切色法而证得无色定之心，对空无边处定加行、作意、努力。

如何从地遍第四禅转到无色定呢？由于地遍初禅、二禅、三禅、四禅的所缘都是遍一切处的地，于是他作意地遍中的空间，正如我们看到皮肤是一整块，但如果仔细看，会发现皮肤上还有很多毛孔。同样地，此时他作意地遍相里的空间，并把空间慢慢扩大，扩大到最后地遍遍相不见了，剩下的是原来地遍所占有的那一整片空间，这些空间已经没有地、没有色法的概念，剩下的只是无边的虚空。他作意“无边的虚空、无边的虚空……”或者“虚空无边、

虚空无边……”，如是持续专注无边的虚空一个小时、两个小时、三个小时、四个小时乃至更久，他将能成就空无边处定。这里的“空”是“虚空”,“无边”是没有边际。当禅修者证得空无边处定的时候,他生起的心就是空无边处善心(ākāsānañcāyatana-kusalacittaṃ)。

如果禅修者想要证得更高的无色定,他应为证得识无边处定而努力。

第二、如何证得识无边处定

想要证得识无边处定的禅修者,先次第进入地遍的四种禅那和空无边处定，从空无边处定出定之后如此省察:“由于空无边处定接近敌对的第四禅,它不如识无边处定那么寂静、殊胜。”于是对识无边处定加行、努力。他不再注意无边的虚空,转为专注空无边处定的禅心,作意“识无边、识无边……”或者“无边的识、无边的识……”,如此成就识无边处定。他所专注的空无边处定心就是此处的识——心识，由于此心识遍一切处，所以称为“识无边处定”。当禅修者进入识无边处定的时候，所生起的心就称为“识无边处善心”(viññāṇañcāyatana-kusalacittaṃ)。

证得识无边处定之后，还有更殊胜的定，那就是无所有处定。

第三、如何证得无所有处定

禅修者依次进入遍业处的初禅、第二禅、第三禅、第四禅，再进入空无边处定、识无边处定；从识无边处定出定之后，他省思识无边处定的过患："由于识无边处定接近敌对的空无边处定，它不如无所有处定那么殊胜、寂静。"于是他转而专注空无边处定心的"没有(natthi)、没有……"、"空无(suññaṃ)、空无……"或"远离(vivittaṃ)、远离……"，从而成就无所有处定。

入空无边处定的时候，只是专注无边的虚空；入识无边处定的时候，专注遍满无边虚空的心识；入无所有处定的时候，反而作意这种心识的不存在，所以叫做"无所有处定"。当他进入无所有处定的时候，生起的心就称为"无所有处善心"(ākincaññāyatana-kusalacittaṃ)。

当他证得了无所有处定之后，还有更高的定，叫做非想非非想处定(nevasaññā-nasaññāyatana)。

第四、如何证得非想非非想处定

禅修者依次进入初禅、第二禅、第三禅、第四禅、空无边处定、识无边处定、无所有处定，从无所有处定出定之后，他省思无所有处定的过患，以及生起对非想非非想处定的希求。他转而专注无所有处定的定心"这很寂静、这很殊胜"(Etam santaṃ, etam paṇītaṃ)。他通过专注无所有处定心的微妙、寂静、殊胜，所证入的定即是"非想非

非想处定”。

为什么称为“非想非非想”呢？因为此时他的想已变得极其细微，若说已经断除了想，但还是有想；若说有想，又好像没有，所以既不能说有也不能说没有。在《清净之道》中如此表述“非想非非想”：有位长老对他的弟子说：“把那个油筒拿过来。”弟子说：“油筒里有油。”长老说：“那就把油倒出来吧。”弟子却说：“油倒不出来，只是油筒里黏着有点油。”同样地，于此定中说有想，但又好像没有想；说没有想，但又好像有想。非想非非想处定就是这种情况。

非想非非想处定中的心想已经微细到既不能说有，也不能说没有的微妙境界。在所有世间心中，唯有佛陀才能够清楚地辨识这种心中的名法，连智慧第一的沙利子(Sāriputta)尊者也没办法辨识，因为这种心实在太微细了。当一个人进入非想非非想处定的时候，他生起的心就是非想非非想处善心(nevasaññā-nasaññāyatana-kusalacittaṃ)。

图表11：无色界心

	定心	所缘	超越
1	空无边处定心	无边的虚空	遍相的概念
2	识无边处定心	空无边处定心	空无边处
3	无所有处定心	空无边处心的空无	空无边处定心
4	非想非非想处定心	无所有处定心	空无的概念

三、无色界果报心

禅修者成就了无色定，并且在临终时还有能力进入无色定，下一生将能够投生到与其定力相符的梵天界。当他投生到空无边处梵天的时候，他的结生心（果报心）就属于空无边处果报心。同样，当一个有情投生到识无边处梵天时，他的结生心（果报心）就是识无边处果报心，对于无所有处和非想非非想处梵天也是如此。因此，无色界果报心有四种：

1. 空无边处果报心；
2. 识无边处果报心；
3. 无所有处果报心；
4. 非想非非想处果报心。

这四种心都属于离心路心，只生起为结生心、有分心和死心，它们不能出现于心路中。同时，一个梵天人一生当中只能体验到其中的一种果报心。

在没有佛陀教法的时期，也有人有能力证得初禅、第二禅、第三禅、第四禅、空无边处定、识无边处定、无所有处定、非想非非想处定，外道也可以成就这些禅定，并非佛陀的教法中所独有的。

例如，我们的菩萨在其最后一生出家之后，曾跟随阿腊拉・咖喇马(Āḷāra Kālāma)和伍达咖・拉马子(Udaka

Rāmaputta)两位禅定大师学习，分别证得了无所有处定和非想非非想处定。也就是说，在佛陀出世之前，古印度已经有些隐士和苦行僧有能力证得这些定,他们认为这些禅定就是解脱。不过，佛教认为禅定只是一种工具，还必须培育智慧，通过慧才能解脱，只是修定不能解脱，但修定是重要的环节。在没有佛陀教法的时期，如果一位苦行僧或隐士证得八定，在他们死的时候没有选择，必定投生到与其所证得的最高之定相应的梵天界。

《经集·大品·那喇咖经》中记载，当我们的菩萨刚出生时，阿西答(Asita)仙人在日间住处看到很多三十三天人身穿洁净的衣服，兴高采烈地向沙咖天帝(Sakka devānaminda)祝贺。他好奇地问道：

“你们为什么这么高兴，以前和阿苏罗打仗，打败了阿苏罗都没有像现在这么高兴，你们为什么欢呼高兴？”

他们回答说：“无与伦比的至宝菩萨为了人世间的利益，已经降生在释迦村的伦比尼地方，所以我们非常高兴。”

当他听到菩萨降生的消息，立刻到释迦国咖毕喇瓦土城(Kapilavatthu)见净饭王。他看到菩萨具足三十二大人相、八十种好，于是预言说：

“这是无上者，是两足（人）中的最上者！”

说到这里，他却老泪纵横。净饭王担心自己的儿子是

否将遇不测，老仙人说："这位王子并不会遇到灾祸，他将证得最高的正觉，见到究竟清净，转动法轮，怜悯众人；他的梵行将广为传扬！但我在这世上的寿命不长了，在此期间就会死去，不能听到这位无比的先导者之法，为此我感到伤心难过。"(Sn.3.11)



他知道自己的生命将在菩萨成佛之前结束，然后投生到无色界梵天，无法选择。因为在佛陀教法以外的时期，如果一个人有能力证得禅那，他死后必定投生到与其所证得的最高定相应的梵天界，例如证得初禅，死后必定会投生到初禅梵天。投生到色界梵天还好，如果投生到无色界，则是"八难"之一。因为无色界梵天人没有眼睛、没有耳朵，不能亲近佛陀，不能听闻佛法。

如果凡夫投生到无色界天，那么，在其漫长的无色梵天生命期间都是凡夫。例如，空无边处天的寿命有二万大劫，即太阳和地球产生又毁灭二万次，识无边处天的寿命有四万大劫，无所有处天的寿命有六万大劫，非想非非想处天的寿命有八万四千大劫，多么漫长的时间啊！在这么漫长的生命期间里，他们没有机会见到佛陀，没有机会听闻佛陀说法。

为什么他们没得选择呢？因为禅那善业是极重的善业，这种极重善业强到没有其他任何业力可以与其抗争，因此，在他们临终时这些果报必定会成熟。

投生到色界梵天并不是“八难”，经典常提到很多梵天人都会来听闻佛陀说法。例如佛陀证正觉之后所讲的第一部经——《转法轮经》(Dhammacakkappavattana suttaṃ)是对五位比库说的。当他讲完这部经之后，人间只有安雅・衮丹雅(Aññā Koṇḍañña)一个人证得了初果。但是，来自一万个轮围世界的很多天人和梵天人在听闻佛陀说法时，都证得了不同的果位。不过没有无色界梵天人，因为他们没有色法，所以没有眼睛看、没有耳朵听，根本不知道佛陀说法。

没有相应的色法就不能生起相应的识，没有眼净色，眼识不能生起；没有耳净色，耳识不能生起。无色界梵天人在那么漫长的时间里，心只是处于极寂静、宁静、殊胜的状态，这样度过漫长的天寿。

作为佛陀的弟子，我们不但有可能证得色界与无色界禅那，而且还可以选择投生到哪一界。为什么呢？因为佛陀的弟子了解缘起(paṭiccasamuppāda)，而修定的外道和苦行僧们不懂得缘起，所以他们不懂投生的法则，只是依照其定力来投生。但是佛陀教导了缘起法，我们知道造了业，还必须要有愿——烦恼，有了业与烦恼才能导致投生。

我们可以造很强的善业，例如有些禅修者已经拥有了色界禅那或者无色界禅那，他可以依自己的意愿再投生到人间，也可以发愿投生到色界梵天。由于我们了解佛陀教导的缘起法则，知道投生不仅只是依靠业或依靠定力，所以，我们可以把握未来的投生地。这是佛陀教法的威力！

当然，只是依靠发愿也不行，不要认为只需发大愿心，就可以随意投生到哪里去。希望投生的愿心属于烦恼，这种愿心里同时具有无明、爱、取(avijjā, taṇhā, upādāna)。要有倾向于投生到某界的愿（无明、爱、取），再造作与之相应的善业，如此才可以投生到那里。

所以，对于拥有八定的佛弟子来说，只要他愿意，可以选择投生到色界的初禅、第二禅、第三禅或第四禅梵天，也可以选择投生到无色界的空无边处、识无边处、无所有处或非想非非想处梵天。这是佛弟子与修定外道的区别。

同时，只要拥有正见，佛陀的弟子就不会把禅定当成解脱。除了独觉佛以外，佛弟子唯有在佛陀教法的指导下才能证悟涅槃。独觉佛也要了解缘起才能自觉，只是他们

不会把法宣说出来。对于外道而言，他们虽然追求解脱，但却不了解缘起，自以为证得微妙、殊胜的定境就是涅槃、就是解脱，所以，修定外道错执禅定为涅槃，其本身就是一种外道见。

四、无色界唯作心

无色界唯作心有四种：

1. 空无边处唯作心；
2. 识无边处唯作心；
3. 无所有处唯作心；
4. 非想非非想处唯作心。

这四种唯作心和善心一样，只不过这些唯作心只发生在漏尽者的心流中。因为有情培养了空无边处善心、识无边处善心、无所有处善心及非想非非想处善心，这些善心还能带来果报，但是唯作心不能带来果报，只是做而已。

看过《大般涅槃经》(Mahāparinibbāna suttaṃ)的人就知道，佛陀在临般涅槃的时候，先进入初禅，从初禅出定之后依次进入第二禅、第三禅、第四禅、空无边处定、识无边处定、无所有处定、非想非非想处定和想受灭定；从想受灭定出定之后，又进入非想非非想处定、无所有处定、识无边处定、空无边处定、第四禅、第三禅、第二禅、初禅；从初禅出定之后，又再进入第二禅、第三禅、第四禅，

从第四禅出定后，世尊即般涅槃。佛陀进入的四种色界禅那和四种无色定，生起的都是唯作心！

图表12：无色界十二心

	善心	果报心	唯作心
1	空无边处心	≈	≈
2	识无边处心	≈	≈
3	无所有处心	≈	≈
4	非想非非想处心	≈	≈

因此，色界心可以分为十五种：五种善心、五种果报心和五种唯作心。无色界心可以分为十二种：四种善心、四种果报心和四种唯作心。这二十七种心(12+15=27)统称为“广大心”(mahaggata cittāni)。

所谓“广大”，意即殊胜的、超越的、高尚的意思。“广大心”是指禅定心，禅定心是色界心和无色界心，即包括了色界、无色界的善心、果报心和唯作心。

我们讲了广大心，即色界心和无色界心。在这些心当中，对于已证得禅那的人，可以体验到其中的善心，而对于没有禅那的人来说，则无法体验到这些心。

我们已经学习了二十七广大心：十五色界心和十二无色界心。色界心和无色界心各分为三组，分别是善心、果

报心和唯作心。

色界善心依禅支分为五种,即拥有五禅支的称为初禅心;拥有四个禅支的称为第二禅心;拥有三个禅支的称为第三禅心;拥有两个禅支的称为第四禅心和第五禅心。第四禅心与第五禅心的区别在于受:第四禅心的受是“乐受”,第五禅心的受是“舍受”。对于果报心和唯作心也是如此。

无色界心依所缘(心的目标)分为四种,即:空无边处心的对象是无边的虚空,所以称为“空无边”;识无边处心的对象是遍满无边虚空的心识,所以称为“识无边”;无所有处心的对象是空无边处定心的不存在,所以称为“无所有”;第四种无色界心极其微细,微细到既不能说有想,也不能说没有想,所以称为“非想非非想处心”。这四种心也各依善心、果报心、唯作心而有十二种。

这二十七广大心有别于欲界心:在一个心路中,欲界速行心最多生起七次,然后落入有分;但是,广大速行心可以连续生起无数次。这些内容在讲到心路的时候再来学习。

第十四讲、出世间心

一、出世间心的定义

前面三讲的主要内容是世间心，这一讲将学习新的内容——出世间心(lokuttara-citta)。

诸法包括世间法和出世间法。世间法是指因缘造作、有生灭相之法。世间法是修观(vipassanā)时观智观照的对象，因为世间法的本质皆是无常、苦、无我的。那什么是出世间法呢？

第一、何谓出世间

出世间，巴利语 lokuttara，由 loka（世间）+ uttara（超越）组成，即超越五取蕴世间之义。什么是“世间”呢？《清净之道》提到有三种世间：

1. 空间世间(okāsaloka)，即我们所处的这个世间，有须弥山、四大洲、日月等，由这些物质所构成的世间称为“空间世间”或“虚空世间”，即平时所说的“世界”。

2. 有情世间(sattaloka)，分为地狱、畜生、鬼、人、欲界天、色界天、无色界天的有情世间。

3. 行世间(saṅkhāraloka)，即名色、三受、四食、五取

蕴、六内处、七识住、八世间法、九有情居、十二处、十八界等诸行法的世间。

这里的“世间”是指“行世间”，出世间即超越诸行法、超越五取蕴世间。

有九种出世间法，其中八种是出世间心，属于有为法(saṅkhata-dhamma)，另外一种是涅槃(nibbāna)，属于无为法(asaṅkhata-dhamma)。

世间心的所缘可以是名法，可以是色法，也可以是概念法，例如看到东西、听到声音、尝到味道、身体感触，或想东想西、回顾过去、计划未来等等。然而，所有出世间心只缘取一个目标——涅槃。

断除烦恼和证悟圣果分为四个层次，每个层次皆有两个阶段，即道心与果心，故一共有八种出世间心。

其中，道心(maggacitta)能断除或者减弱烦恼，属于善心；果心(phalacitta)是体验由道心带来的解脱，属果报心。

第二、出世间心的生起

为什么要学佛、修行呢？为了断除烦恼！如何才能断除烦恼？唯有次第地修习戒、定、慧，特别是在修慧时，通过观照世间法的无常、苦、无我来培育观智(vipassanā ñāṇa)，观智就是慧(paññā)。

禅修者在修观时，即使修到高阶段的观智，例如行舍智，还是属于世间智。为什么呢？只要道心、果心还没有

生起，仍然属于世间心的范畴。

要如何培育出世间心呢？出世间心的近因是高级观智。当观智成熟时，就能生起出世间心。

当禅修者不断地观照诸行法的无常相、苦相和无我相，一时观照名法、一时观照色法，一时观照内在的名色法、一时观照外在的名色法，一时观五蕴、一时观十二处、一时观十八界、一时观缘起，一时观照无常相、一时观照苦相、一时观照无我相。禅修者如此依经论的教导不断地观照诸行法，当他的观智成熟时，将会生起一个道心，就在道心生起的刹那，相应的烦恼即能被断除了。断烦恼不需要很长的时间，只需一个心识刹那而已。仅仅是一个心识刹那的时间，就成为性质完全不同的人。之前还是凡夫，自从第一个道心生起之后，就成了圣者，不再是凡夫了。在道心生起的刹那即彻底地断除了相应的烦恼，之后紧接着生起的是体验由道心带来之解脱的果心。道心是出世间善心，果心是出世间果报心。

我们在礼赞法时，如此念诵：

“Svākkhāto bhagavatā dhammo, sandiṭṭhiko, akāliko, ehipassiko, opanayiko, paccattaṃ veditabbo viññūhī’ti.”

其中，akāliko 的意思是“无时的”。当禅修者的观智、巴拉密(pāramī)成熟时，一旦道心生起，随即产生果心，不需要等待很久，称为 akāliko，即不假时日、无需等待

时间的。世间因果则不同，现在种了善因，需要等待很长时间才能带来善果；现在造了恶业，不会一下子遭受恶报，也许要过很久以后才会受报。由于恶报不是立竿见影的，所以愚痴人喜欢造恶。世间业因需要经过一段时间才能产生结果，然而，一旦出世间善心生起，紧接着下一个心识刹那就是出世间果报心，这称为 akāliko——无时的。

道心缘取的对象是涅槃，果心缘取的对象也是涅槃。我们说"证悟涅槃"，就是由道心和果心执行的，因为出世间心能完全投入称为寂静界(santadhātu)的涅槃。

第三、八出世间心

断除烦恼和证悟圣果并非一下子完成的，正如佛陀在《增支部·第八集·伍波萨他经》(Uposatha suttaṃ)中说：

"犹如大海逐渐向下，逐渐倾斜，逐渐深入，而不会忽然陡峭。同样地，诸比库，于此法、律中次第而学、次第而作、次第行道，而不会顿然了知通达。"(A.8.20)

所有烦恼并非一下子能够被断除，需要经过不同阶段的修行与证悟。修行者从凡夫到成为断尽一切烦恼的圣者，需要经过四个阶段：入流、一来、不来和阿拉汉。这四个阶段的每一阶段皆分为道心和果心两种，即四种圣道心和四种圣果心，一共为八种出世间心。

四种圣道心，或作出世间善心：

1. 入流道心(sotāpatti-maggacitta)；

2.　一来道心(sakadāgāmi-maggacitta)；

3.　不来道心(anāgāmi-maggacitta)；

4.　阿拉汉道心(arahatta-maggacitta)。

四种圣果心，或作出世间果报心：

1.　入流果心(sotāpanna-phalacitta)；

2.　一来果心(sakadāgāmi-phalacitta)；

3.　不来果心(anāgāmi-phalacitta)；

4.　阿拉汉果心(arahatta-phalacitta)。

这四种果心只能在相应的圣者心中生起，凡夫是不能生起这些心的。如果初果圣者想要取涅槃为目标而入果定(phalasamāpatti)的时候，生起的即是“入流果心”；二果一来圣者入果定的时候，生起的是一来果心；三果不来圣者入果定的时候，生起的是不来果心；四果阿拉汉圣者入果定的时候，生起的是阿拉汉果心。初果圣者不能生起一来、不来及阿拉汉果心，而阿拉汉圣者也不会再生起更低的果心。

圣者是否时刻都常在定中、生起出世间果心呢？不是！唯有在入果定的时候才会生起果心。就如一个有禅那的人，也不是一切时都在定中，唯有决意把心投入禅相时才能入定。同样地，圣者也不是一切时都常在果定中，只有当他决意取涅槃为目标，把心投入涅槃时才入果定。

圣者平时也要吃喝撒拉睡，这时生起的都是世间心，

对于有学圣者是善心，偶尔也会生起不善心；对于阿拉汉圣者则是唯作心，唯作心也是世间心！

二、入流道果

第一、入流之定义

入流，巴利语 sotāpanna 的直译，又作至流。汉传佛教依梵语 srotāpanna 音译作须陀洹。sota，意为流、河流；āpanna，意为已进入、已到达。已进入圣流故为入流，或已到达圣流故为至流。入流即已进入圣道之流，必定流向般涅槃。

《增支部·第十集》注中如此说：

“sotāpannā’ti ariyamaggasotaṃ āpannā.”

“入流者，为已进入圣道之流。”

从圣果位而言，巴利语 sotāpanna 意即已经进入圣流。从圣道位而言，巴利语为 sotāpatti，sota（流）+ āpatti（进入，到达），也译作入流。在巴利圣典中通常作 sotāpatti-phala-sacchikiriyāya paṭipanna, 直译作“为现证入流果的已行道者”或“正进入证悟入流果者”。

第二、入流道断除的三种烦恼

入流道能断除最粗的三种结（烦恼）：有身见、戒禁取和疑。其中，有身见和戒禁取属于邪见，在不善心所的

部分已经讲过了。

1、有身见(sakkāya-diṭṭhi)。执著五蕴或身心，认为有实在的自我、灵魂，或者大我、真我、本体，这些邪见称为“有身见”。

2、戒禁取(sīlabbata-parāmāsa)。执取于遵守特定的行为、禁戒、仪式，认为可以带来解脱、导向清净。例如通过持牛戒、狗戒、鸡戒，或者通过苦行、祭祀、念咒等种种错误的修行方法，认为可以达到解脱、证悟涅槃，这些错误的修行方法统称为“戒禁取”。

3、疑(vicikicchā)。这里的疑并非指学习、生活上有不明白处的疑问，而是对信仰、宗教方面的怀疑、不相信。《法集》指出有八种疑：疑师、疑法、疑僧、疑学、疑前际、疑后际、疑前后际、疑缘起法。

疑师是怀疑导师、佛陀；疑法是怀疑佛陀的教法；疑僧是不相信僧的证量；疑学是怀疑不信修习戒、定、慧能够证悟涅槃；疑前际是怀疑过去世；疑后际是怀疑未来世；疑前后际是既不相信前世，又不相信后世；疑缘起法、缘生法是怀疑、不信因果法则。

当禅修者在证悟初道——入流道的时候，这三种最粗的烦恼即被完全断除。一名初果圣者还有邪见吗？还会相信有灵魂、有大我、本体吗？不可能！因为他们已经观照内外名色法都是无常、苦、无我的，怎么还可能执著有我呢？！

第三、四种坚定净信

初果圣者通过修习戒、定、慧而证悟涅槃，他们不可能再相信那些错误的修行方法，不会再去实施苦行，拔自己的头发、伤残自己的肢体、在太阳下曝晒、在水里浸泡等等。初果圣者也不可能相信祭祀、持咒、火供之类的仪式能带来解脱。他们对佛、法、僧三宝拥有坚定的、毫不动摇的信心(aveccappasāda 也作不坏净。avecca 是坚定的、绝对的，pasāda 是净信、信心)。

初果圣者皆具足四法：对佛陀具足坚定的净信心；对法具足坚定的净信心；对僧具足坚定的净信心。同时，他也具足圣者所喜爱之戒(ariyakanta sīla)。如果他们是在家居士，则不可能在任何情况下故意违犯五戒。

第四、七圣财

初果圣者拥有七圣财(sattavidha-ariyadhanāni)：

1. 信(saddhā)，对佛法僧三宝坚定的信心；
2. 戒(sīla)，如果是在家人的话，他的五戒持得很清净，就算生命受到威胁，也不会故意违犯；
3. 闻(suta)，对佛法之多闻；
4. 舍(cāga)，慷慨地布施；
5. 惭(hiri)；厌恶作恶；
6. 愧(ottappa)，害怕作恶；
7. 慧(paññā)，证悟四圣谛的智慧。

初果圣者拥有这七种圣财。这七圣财不是世间财富，而是圣者所拥有的财富。世间财富会减退，用了愈来愈少，还会带来许多过患。但是七圣财只会愈来愈增长。

这里讲一个故事：佛陀在世的时候，有一个出身低贱、同时还患麻风病的穷人叫苏巴布特(Suppabuddhakuṭṭhi)。有一天，他前往佛陀居住的竹林精舍，坐在人群边缘听闻佛陀说法，闻法时即证悟了初果。尽管他证得了初果，但并没有因此变得富有，麻风病也没有痊愈。他证得初果后当然很高兴，在他回家的途中，沙咖天帝想试探他，于是站在空中对他说："苏巴布特，你这个贫贱的人、穷困的人啊，我想要给你取之不尽的财富，只要你说出'佛不是佛，法不是法，僧不是僧！我受够了佛，我受够了法，我受够了僧！'"

苏巴布特诧异地问："你是谁？"

沙咖天帝说："我是沙咖天帝。"

苏巴布特回答："你这个暗愚之人、无耻的人！你甚至没资格和我说话！你说我倒霉、贫贱、穷困，但我并不倒霉，也不贫贱、不穷困，我拥有大财富：

信财和戒财，以及惭愧财，

闻财和施舍，慧为第七财。

无论男或女，拥有此财者，

说他不贫贱，生命不空过。

我拥有这七圣财。只要拥有此七种财者，即不会被佛

陀和独觉佛说为贫贱。”

沙咖天帝听了之后，前往佛陀处，将他们之间的问答报告佛陀。佛陀说：“沙咖，即使以一百、一千种这样的方式，都不可能让苏巴布特说出‘佛不是佛，法不是法，僧不是僧。’”(Dp.A.66)

入流道智也能断除一切强得足以导致投生至四恶趣（地狱、畜生、鬼、阿苏罗）的贪嗔痴，以及所有尚未产生四恶趣果报的恶业。因此，初果入流圣者不可能再堕入四恶趣。

为什么有情会堕落恶趣呢？元凶是邪见！只要有情还拥有邪见，他就不可避免会堕入恶趣。为什么呢？因为在漫长的轮回当中，我们曾经造了无数的不善业，当这些不善业在临终时成熟，即能使我们堕入恶趣。

无论善或不善之业，必须有烦恼的支助才能导致结生。同样地，任何不善业的成熟而使众生堕入恶趣，必须获得邪见的支助。换言之，只要一个人的邪见还没有被断除，过去所造作的不善业都有机会在临终时成熟而使他投生恶趣。

然而，初果圣者在证得入流道的刹那，邪见即完全被断除。但是，入流圣者乃至三果不来圣者都还会生起贪心——四种邪见不相应贪根心。不过，四种邪见相应贪根心是不可能再生起的。

即使今生证悟了初果，但是在过去漫长的生死轮回中所造的杀生、偷盗、抢劫、邪淫、诈骗等等恶业还是有机会成熟。不过，即使有机会成熟，其强度也大大地减轻了，它们不能在临终时成熟而使他堕入恶趣，只会在其生命期间成熟。

例如马哈摩嘎喇那(Mahāmoggallāna)尊者，在很久远以前的过去生中，因受到妻子的怂恿，殴打甚至想杀死他的父母。这是很重的恶业，导致他堕入地狱漫长的时间。到了他的最后一生，虽然成为佛陀的上首弟子，但是仍然逃脱不了被暴徒打死的恶报。不过，他已经不会再堕入恶趣，也不会再有轮回了！这种果报只会在生命期间成熟，使身体遭受痛苦。

又如杀人犯指鬘(Aṅgulimāla)，他杀了九百九十九个人，并把被害者的手指挂在脖子上，所以被人们叫做“指鬘”。他杀了那么多无辜的人，按道理应该下地狱的。后来佛陀前往教化他，使他成为比库。尽管后来他成为一名阿拉汉，在托钵时还是有人用石头扔他，用棍棒打他。有一次，他在托钵时遭人袭击，头被打破，鲜血直流，钵被击碎，衣被撕烂，来到佛陀跟前。佛陀看见他从远处前来，对他说：“婆罗门，你且忍耐！婆罗门，你且忍耐！婆罗门，若是按照你所造之业的果报，应在地狱中遭煎熬许多年、许多百年、许多千年。婆罗门，但你所造之业的果报却得以在今生承受。”(M.86)

指鬘尊者般涅槃后，他还需要继续承受杀人的恶报吗？不用了！为什么呢？因为他已经断尽所有的烦恼，命终之后五蕴不能再重新组合，过去所造作的恶业也随着五蕴的离散而成为无效业，没有五蕴就没有所谓的受苦。受苦不过是五蕴在承受，特别是身体的苦受。

初果圣者因为已经断除了邪见、戒禁取见及疑，在漫长的生死旅途中，他们已经走近了轮回的终点。在未来的轮回当中，他们只会投生到人间或者天界，而且次数最多不会超过七次。即使投生到人界，也必定会投生到富贵之家，绝不会投生到贫贱之家；如果投生到天界，也只会一生比一生更殊胜。例如他可以在下一世投生为人，然后投生到三十三天(Tāvatiṃsa)，之后投生到喜足天(Tusita)，然后投生到梵天界，一直投生到第四禅的净居天，这样一生比一生更殊胜。

但是对于凡夫而言，即使投生到天界，当他天福享尽时，通常会堕落恶趣，幸运的话才能再投生人间，所以凡夫的未来是不确定的。正因如此，我们今生有幸遇到佛法，成为佛陀的弟子，应该精进禅修，勤修戒定慧，断除贪嗔痴，努力在今生证得初果，这才是最好的保险！

三、一来道果

一来，巴利语 sakadāgāmin。为 sakid（一次、一回）

+ āgama（来、前来）+ in（者，…的人）的组合。意为再回来此世间结生一次。汉传佛教依梵语 sakṛdāgāmin 音译为斯陀含。

《人施设论》注如此说：

“Paṭisandhivasena sakiṃ āgacchatī’ti **sakadāgāmī**.”

“再回来结生一次者，为一来。”(Pp.A.34)

《人施设论》(Puggalapaññatti)说：

“哪一种人为一来者？于此，有一种人灭尽三结，贪嗔痴减弱，成为一来者，只来此世间一次即作苦之终结。这种人称为‘一来’。”(Pp.34)

“于此”是指在佛陀的教法中；“有一种人”是指这类圣者；“灭尽”是指在初道时已经断尽；即有一类圣者已经灭尽有身见、戒禁取和疑三种最粗之结。“贪嗔痴减弱”：有四种圣道，其中的入流道、不来道和阿拉汉道可以断除相应的烦恼，唯有一来道不能断除任何烦恼，只能减弱贪嗔痴。由于减弱贪嗔痴，**成为一来者，只来此世间一次即作苦之终结**。“苦之终结”即完全断尽烦恼、灭尽诸苦。这是巴利圣典对“一来”的定义。

证得第二圣道和圣果的一来圣者共有五种：

1．在人间证得了一来道果，并在人间般涅槃。换言之，在人间证得一来道之后，就在那一生继续修行，最终断尽一切烦恼。所以，他不会再轮回、再受生死了。

2．在人间证得一来道果，死后投生至天界，在天界断尽烦恼而般涅槃。

3．在天界证得一来道果，并在天界断尽一切烦恼而般涅槃，不再投生。

4．在天界证得一来道果后，再投生人间，在人间断尽一切烦恼而般涅槃。

5．在人间证得一来道果，死后投生到天界。由于其烦恼未尽，在天界命终后再投生到人间一次，并在此人间断尽一切烦恼。

因此，有这五种一来圣者。

由于初果圣者和二果圣者还没有断除欲贪，因此还会对男女、饮食、睡眠、身体等产生贪欲。因为还没有断除嗔恚，所以偶尔还会生气、发怒，还会害怕、紧张。对欲乐的贪求和嗔恚只有第三不来道才能断除。

四、不来道果

第三圣道圣果是“不来”。“不来”，巴利语anāgāmin的直译。为na（不）+ āgāma（来，前来）+ in（者）的组合，意为不再返回欲界受生。

《义注》中说：**“不来者，名为对欲贪、嗔恚于心不动摇，以及决定性不会再从其世间退回来者。”**

不来道可以断除两种烦恼：一、欲贪(kāmacchanda)：对欲乐的贪求；二、嗔恚(dosa，vyāpāda)。欲贪、嗔恚加上前面所讲的有身见、戒禁取及疑，称为“五下分结”。

当不来道心一生起，欲贪和嗔恚即完全被断除。因此，三果圣者不会再对男女、饮食等欲乐有贪求。由于他已经完全断除了嗔恚，所以不会生气、发怒，不会紧张、担心，不会哭泣、流泪。因为不来圣者已断尽能把有情系缚于欲界的欲贪与嗔恨两结，所以不会受到欲界的烦恼力牵引而再投生到欲界。不来圣者若在今生不能够证悟阿拉汉果，死后只会投生于色界或无色界梵天，并于其处般涅槃。

“以及决定性不会再从其世间退回来”，此处的“其世间”是指他们在人界死后投生的色界或无色梵天界，因此，圣典中常说：**“灭尽五下分结，成为化生者，在那里般涅槃，不再从那世间回来。”**

“灭尽五下分结”是指有身见、戒禁取、疑、欲贪及嗔恚。何谓“化生者”？有四种生：卵生、胎生、湿生和化生。鸡、鸭、鹅、蛇等是卵生；人类、牛、羊、马等是胎生；蚯蚓、粪蛆等在潮湿之处的低等生命是湿生；地狱有情、多数鬼类是化生，地居天以上的天人及所有的色界、无色界梵天人都是化生。

三果圣者死后必定是化生，既不会成为卵生，也不会成为胎生和湿生。三果圣者假如在今生还没有断尽一切烦恼，下一生必定投生到色界或无色界天，因为他已断除了

五下分结。什么是“五下分结”呢？“下分”是指欲界，即连接到欲界，使有情不能超越欲界，作为投生到欲界之缘的意思。即使有人证得禅那并投生至梵天界，只要他还没有断除这五下分结，当梵天生命终结之后，也还是会再堕落到欲界来投生的。

三果圣者已经断尽这些烦恼，自然不会再投生到欲界，只会投生至梵天界成为梵天人。在梵天界的第四禅天有一处叫净居天(Suddhāvāsa)，其中有五种天：无烦天、无热天、善现天、善见天和色究竟天。这五种天既没有初果圣者，也没有二果圣者，更加没有凡夫，而只有两种圣者：一、三果圣者死后投生到那里，还没有断尽烦恼者；二、三果圣者投生到那里后断尽诸漏，证悟阿拉汉果，只因天寿未尽而居住在那里。

三果圣者不会再从梵天界退回这个世间，所以叫做**“决定性不会再从其世间退回来”**，或者如佛陀所说的**“不再从那世间回来”**。但三果圣者还有可能偶尔造访我们人界。在有佛陀出世的时候，他们会以梵天之威力前来听闻佛法。

虽然三果圣者已经断除最粗的五种烦恼，但毕竟还没有断除全部烦恼，还残留五种称为“五上分结”的烦恼：色贪、无色贪、掉举、慢和无明。由于三果圣者还没有断除色贪，所以还会投生到色界；由于还没有断除无色贪，所以还可能投生到无色界。色贪是对色界生命极微细的贪

著，无色贪是对无色界生命极微细的贪著。他们还没有断除掉举、慢和无明。佛陀说：“由于无明和渴爱，众生无始以来流转生死。”无明是生死流转的根本，而色贪和无色贪都是爱(taṇha)。因为不来圣者还有无明和爱，所以命终后仍须受生，还会继续轮回。因此，即使证得三果不来，还是要继续修行。

佛陀在世时，有些比库因为具足戒行，有些持头陀支，有些多闻，有些居住在僻静处，有些证得禅那，有些是三果圣者，他们就认为要证悟阿拉汉果并不困难，只有愿意，甚至可以在任何一天证悟阿拉汉。佛陀知道后，教诲说：“诸比库，比库不应只是以清净持戒等，或以证得不来之乐，就认为‘我今生只剩极少之苦’，只要还没有断尽烦恼，就不应生起‘我快乐’之心。”并说偈颂曰：

“莫只以戒行，或由于多闻，
或以得禅定，或住远离处；
‘我触出离乐，非凡夫所能。’
未得诸漏尽，比库莫自满。”(Dp.271-2)

五、阿拉汉道果

已断除一切烦恼者称为“阿拉汉”。阿拉汉是巴利语 arahant 的音译，araha 是值得的、有资格的意思，再加上 ant（拥有），称为 arahant。北传佛教依梵语 arhant 翻译为

“阿罗汉”，与巴利语稍有不同 。

阿拉汉有五种含义：

1 . 以已远离(ārakattā)一切烦恼故为 arahaṃ。

其中，ārakattā 是已经远离的意思，即远离一切烦恼(sabba kilesa)，对一切烦恼已经站得很远。以“远离”故为阿拉汉。

2 . 以已杀死烦恼敌故(arīnaṃ hatattā)为 arahaṃ。

arīnaṃ 是敌人，特指烦恼敌；hatattā 是已经杀死。已经杀死烦恼敌人。以“杀敌”故为阿拉汉。

3. 以已破轮回之辐故(arānaṃ hatattā)为 arahaṃ。

如果车轮的辐全部被折断，车轮就不能转动。同样地，轮回之辐被破除了，就不会再生死流转。以“破辐”故为阿拉汉。

4 . 以有资格(arahattā)受资具等供养故为 arahaṃ。

arahattā 是有资格的、值得的，意即值得接受衣服、饮食、住所、药品等供养，值得恭敬、尊重、礼敬、奉侍。以“有资格”故为阿拉汉。

5 . 以对恶行已无隐秘故(pāpakaraṇe rahābhāvato)为 arahaṃ。

Pāpakaraṇe 是种种恶行；rahā 是隐藏或秘密；bhāvato 是状态。因为阿拉汉圣者不会再造作身恶行、语恶行及意恶行，自然也无需隐藏各种恶行。以“无隐秘”故称为阿拉汉。

这是《清净之道》和《律藏》义注对“阿拉汉”的解释。有些义注如《中部注》则特别强调第一项“远离烦恼”为阿拉汉的定义。

“阿拉汉”是对佛陀的尊称，也可以指一切漏尽者（khīṇāsava，断尽烦恼者），包括诸佛、独觉佛及阿拉汉弟子，所以“阿拉汉”是指最高的果位。

对于相信北传大乘的人，也许不能接受“佛陀是阿罗汉”的说法，他们认为阿罗汉是“小乘果位”、是“自了汉”、是“焦芽败种”。但是在巴利三藏中，确实经常尊称佛陀为阿拉汉，例如我们礼敬佛陀：“Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa!”即是尊称佛陀为断尽烦恼、值得供养的阿拉汉。并非只有弟子（sāvaka，也译作声闻）的最高果位才是阿拉汉，佛陀和独觉佛皆可称为“阿拉汉”。为什么呢？只要断尽一切烦恼，即是阿拉汉。

阿拉汉又称“无学”(asekha)。学，是三学，还要学戒、学定、学慧。对于入流圣者、一来圣者和不来圣者，由于戒定慧还没有圆满，所以还必须学，因此称为“有学”(sekha)。阿拉汉圣者已圆满戒定慧三学，无需再学、不用再修了，称为“无学”。为什么呢？已断尽一切烦恼故。khīṇa 是已经断尽；āsava 是漏、烦恼。因已断尽烦恼，故称漏尽者(khīṇāsava)。

阿拉汉圣者除了断除色贪、无色贪、掉举、慢和无明这五上分结以外，还断除其他一切烦恼，例如昏沉、睡眠。

阿拉汉圣者完全没有任何烦恼，但是还可能剩余一些由过去轮回中累积的习气。这里的“习气”是指性格。佛陀是最圆满的人，是证得一切知智者，他在阿拉汉道心生起的同时，也断除了一切习气。而诸弟子虽然断除了一切烦恼，但是还会呈现出各种各样的性格。例如，有些弟子走路、做事比较慢，有些则比较快，我们不能因为他们走路比较快就认为他们还有烦恼，这只是他们的性格而已。

有些阿拉汉喜欢独处而不喜欢说法，有些则喜欢说法；有些喜欢禅修，有些喜欢持戒，还有些喜欢背诵，每个人都有其性格倾向，这些性格是因为他们在过去轮回中不断重复、不断熏习养成的，所以称为习气。

然而，只要断除一切烦恼，都可以称为阿拉汉，有资格接受一切世间人和天的礼敬、恭敬、供养。因为一切阿拉汉圣者的戒、定、慧都已经圆满了，解脱和解脱知见也具足了，这才是真正的修完。

因此，佛世时有很多比库断尽烦恼之后，都能如此了知，或向佛陀作这样的报告：

“Khīṇā jāti, vusitaṃ brahmacariyaṃ, kataṃ karaṇīyaṃ, nāparaṃ itthattāyā’ti.”

“生已尽，梵行已立，应作已作，再无后有。”

“生已尽”：导致再生的烦恼已经断尽；“梵行已立”：清净的梵行、圣洁的生活已经建立起来；“所作已作”，应当做的已经做了，戒定慧已经圆满；“再无后有”：因为阿

拉汉圣者已经断尽一切烦恼，以前所造之业得不到烦恼的支助，就像一棵大树的根部被砍断，即使看上去枝叶还茂盛，但是也不可能再生长了。同样地，过去所造的善或不善业，由于得不到烦恼的支助，在阿拉汉的五蕴离散之后，就再也没有重组的力量，那些业不能再产生效用。因此，五蕴离散之后称为般涅槃(parinibbāna)，即完全地寂灭。

不过，佛陀拒绝回答般涅槃是怎么样的，因为涅槃超越一切语言的表达，唯有亲证才能了知。关于涅槃，我们既不能说没有，也不能说存在。如果说存在，会让人联想到生命；如果说没有，又会落入断灭见或虚无。

阿拉汉也分为两个阶段：圣道与圣果。能断除一切剩余烦恼的心称为“阿拉汉道心”。阿拉汉道心一旦生起，所有的烦恼立刻断尽无余。随后，若阿拉汉圣者再取涅槃为目标进入果定，其时生起的心称为“阿拉汉果心”。

图表13：八出世间心

	出世间善心	出世间果报心
1	入流道心	入流果心
2	一来道心	一来果心
3	不来道心	不来果心
4	阿拉汉道心	阿拉汉果心

以上讨论的是出世间心，一共有八种。

六、心的分类

到现在为止，我们已经讲完了心的分类，现在简单地做一次总结。根据阿毗达摩，心有两种分类法：

第一、八十九心

1 .欲界心 54 = 不善心 12 + 欲界美心 24 (善心 8 + 果报心 8 + 唯作心 8) + 无因心 18。

2.色界心 15 = 善心 5 + 果报心 5 + 唯作心 5。

3.无色界心 12 = 善心 4 + 果报心 4 + 唯作心 4。

这 81 种是世间心(54+15+12=81)，再加上出世间心 8，共为 89 心。

图表 14：89 心

	不善心	善心	果报心	唯作心	
欲界	12	8	23	11	54
色界		5	5	5	15
无色界		4	4	4	12
出世间		4	4		8
合计	12	21	36	20	89

第二、一百二十一心

89 心为什么会变成 121 心呢？因为禅修者在证得初

道的时候，是依照不同的心证得的。虽然证得圣道在修行方法上是一样的，都必须通过修观，观照名法、色法的无常、苦、无我，但是每一位禅修者在修观的所缘和根本定上有所不同，当他们证得圣道圣果时，道心和果心也有所不同。

拥有色界、无色界禅那的禅修者在修习高级观智——行舍智时，他可以一时观欲界色法，一时观欲界名法（前面讲到的欲界心——善心和不善心），还必须观照色、无色禅那心。为什么呢？因为三界（欲界、色界、无色界）一切行法都应观照。对于极微妙、殊胜的禅那心都成为他观照的对象，观照它们为无常、苦、无我，才能超越对色界和无色界的贪著。

对于没有禅那的禅修者，在修观时只能观照欲界名色法的无常、苦、无我，对于色界和无色界心却超越了他们的能力范围。

如果禅修者在观照欲界名色法时证得初道，此时的道心为寻、伺、喜、乐、一境性俱的初禅入流道心。再者，如果他在修观前先进入初禅，再以初禅的定力转修观，当他证得初道的时候，其心即与寻、伺、喜、乐、一境性俱的初禅心相应。另外，如果他以初禅心作为观照的所缘，在观照初禅心的无常、苦、无我时证得初道，其心也是寻、伺、喜、乐、一境性俱的初禅入流道心。

对于伺、喜、乐、一境性俱的第二禅入流道心，喜、

乐、一境性俱的第三禅入流道心，乐、一境性俱的第四禅入流道心，舍、一境性俱的第五禅入流道心也是如此。所以，入流道心可以依五种禅那分为五种。

这种根据五禅那来分别道心的方法，既可以从禅修者修观所依的根本定来分，也可以从他所观照的所缘来分，这两种分法并没有矛盾。因为禅修者在修到高级观智时通常会先入定，例如白遍第四禅，从第四禅出定之后，再观照白遍第四禅禅心的无常、苦、无我，若他的观智成熟而证得初道，此时的道心就属于第五禅，因为他观照的是第五禅（论教法的第五禅等于经教法的第四禅）。在此，白遍第四禅既是他修观所依的根本定，也是他观照的所缘。

阿毗达摩的原则是尽可能把一切心都包罗进去。因此，入流道心依五种禅那分为五种。如果禅修者在观照无色定心时证得圣道圣果，也属于第五禅心。在圣典中，佛陀定义“正定”通常只提及四种禅那，而没有提及无色定，那是因为四无色定在禅支上和色界第五禅是一样的，都是舍和一境性。因此，依禅支分别，第五禅也包括四种无色定。

这 121 心中对出世间心的分类法，也是依禅支分别的。如果禅修者在观照无色定心时证得圣道圣果，其道心即属于第五禅入流道心。对于一来道心、不来道心、阿拉汉道心，入流果心、一来果心、不来果心和阿拉汉果心也是这样，各别可分为五种。

图表 15：89 心或 121 心

欲界心 (54)	不善心(12)	贪根心 (8)
		瞋根心 (2)
		痴根心 (2)
	无因心(18)	不善果报 (7)
		善果报 (8)
		无因唯作 (3)
	美心(24)	欲界善心 (8)
		欲界果报心 (8)
		欲界唯作心 (8)
色界心 (15)	色界善心 (5)	
	色界果报心 (5)	
	色界唯作心 (5)	
无色界心 (12)	无色界善心 (4)	
	无色界果报心 (4)	
	无色界唯作心 (4)	
出世间心 (8 或 40)	道心 (4 或 20)	
	果心 (4 或 20)	

八种出世间心的每一种心都可以分为五种，如此，出世间心一共有 40 种(8×5=40)。40 出世间心 ＋81 世间心 ＝ 121。所以，不要看到一大堆数字就感到害怕，其实它

们都是有规律的。

这是 121 心的分类法。心的分类法就讲到这里。

七、心的十四种作用

心虽然有八十九种或一百二十一种，但只有十四种作用，甚至可简化成十种作用。

一、结生(paṭisandhi)：为 paṭi（逆向）+ sandhi（连结），即把今生与前世连结起来。投生那一刹那的心，称为“结生心”。一个有情在一期生命中，结生只发生一次，所以这种心只生起一次。其作用是连结上一世，使两世之间的心流不中断。结生心是造成投生的心，即一期生命的第一个心。

二、有分(bhavaṅga)：由 bhava（有，生命）+ aṅga（因素，成份）组成。所以，“有分”意即生命的成份或生命的要素，是生命流不可或缺的心。只要没有心路生起，有分心就持续地生起。

心流是如此运作的：执行看、听、嗅、尝、触、想的心理过程称为“心路”。但是，除了看、听、嗅、尝、触、想之外，还有其他状态，例如无梦的熟睡，这时并非没有心生起，生起就是有分心。

换言之，心路能认知现在所缘，而有分心不能认知现在所缘，是一种不活跃的心。在没有看、听、嗅、尝、触、

想的时候，心还是会继续生灭，此时的心称为有分心。有分心被体验为一片空白，没有时空观念。或者被体验为落入“无意识”状态，有些人错误地称之为“潜意识”，其实那是有分流。对此我们在讲离心路时再详细解释。

三、死心(cuti)：一期生命最后的心，执行死亡的作用，是一期生命的终结。

死心与结生心在一生当中都只生起一次。结生心执行投生的作用，从结生那一刹那开始就有了生命；而死心一生起，此人即告死亡。现代医学定义死亡的标准众说纷纭，有些人认为脑死亡即是生命的结束，也有些人以呼吸、心跳停止为判定死亡的标准。不管现在医学界或者不同国家的法律如何定义死亡，佛教对死亡的定义则是很明确的，即死心生起或命根断绝的那一刹那就是死亡。

结生、有分和死亡这三种作用都是同一类心——离心路(vīthimutta)心，这三种心唯有在修到缘起才能了知。现在大家无法回忆投生的那一刹那，也无法感受到有分心，唯有修到缘起，辨识它的所缘、生因时才能知道。

这三种心既不是善心、不善心，也不是唯作心，而是果报心。因为生命属于业的果报，导致有情结生的必定也是果报，所以它们属于果报心。

四至八、双五识：这些心执行看、听、嗅、尝、触的作用，只发生在五门心路，由相应的根识执行，属于果报心。执行看的心是眼识，执行听的心是耳识，执行嗅的心

是鼻识，执行尝的心是舌识，执行触的心是身识。依眼、耳、鼻、舌、身这五净色生起的心称为五根识，作用是执行看、听、嗅、尝、触。

九、转向(āvajjana)：作用是使心流从有分流转向所缘。有两种转向心：1. 五门转向心，2. 意门转向心，这两种心都是唯作心。从转向心生起的刹那开始，心路就产生，在此之前则是有分流。

十至十二、领受、推度、确定：领受心有两种，推度心有三种，确定心也有两种。这三种心在五门心路中，分别执行领受、推度、确定所缘的作用。例如眼门心路，在眼识灭去之后，接着生起的心领受刚才眼识看到的颜色，称为"领受"；"推度"是推度或检查眼识刚刚看到的颜色所缘；"确定"是确定这是颜色；接着生起的是速行心。这三种心是接连发生的，而且它们不会发生在意门心路，只发生在眼门、耳门、鼻门、舌门、身门心路中，起着领受、推度和确定的作用。

十三、速行(javana)：源于动词 javati（快速地跑）。快速地跑向所缘以认知它。负责造业的即是速行心。一切善心、不善心、有因唯作心都是速行心，出世间心也都是速行心，所以速行心的范围很广。

十四、彼所缘(tadārammaṇa)：tadā 是指速行的所缘，即这种心继续缘取速行心的目标。当速行心灭去之后，如果对象很强烈、清晰，可能会生起两个彼所缘，继续取速

行心的所缘为目标。好像品茶一样，茶喝下去后在口中继续回味。彼所缘的作用就好比是回味。

图表16：89心及其作用

心		作用	
12	不善心	速行	1
2	眼识	看	1
2	耳识	听	1
2	鼻识	嗅	1
2	舌识	尝	1
2	身识	触	1
2	领受	领受	1
2	舍俱推度心	结生、有分、死亡、推度、彼所缘	5
1	悦俱推度心	推度、彼所缘	2
1	五门转向心	五门转向	1
1	意门转向心	意门转向、确定	2
1	生笑心	速行	1
8	欲界善心	速行	1
8	欲界果报心	结生、有分、死亡、彼所缘	4
8	欲界唯作心	速行	1
9	广大善心	速行	1
9	广大果报心	结生、有分、死亡	3
9	广大唯作心	速行	1
8	出世间心	速行	1

图表17：心的十四种作用

作用		心	
1	结生	2舍俱推度、8大果报、9广大果报	19
2	有分	〃	19
3	死心	〃	19
4	看	2眼识	2
5	听	2耳识	2
6	嗅	2鼻识	2
7	尝	2舌识	2
8	触	2身识	2
9	转向	1五门转向、1意门转向	2
10	领受	2领受	2
11	推度	2推度	2
12	确定	1意门转向	1
13	速行	12不善、8大善、8大唯作、9广大善、9广大唯作、8出世间、1生笑	55
14	彼所缘	3推度、8大果报	11

心的作用虽然有十四种，但是每一心识刹那只会生起一种心，而且只执行一种作用。

如果把这十四种作用再进行简化，则分为十种：离心路心三种（结生、有分、死心）；心路心七种（看、听、嗅、尝、触归纳为一种，转向、领受、推度、确定、速行、

彼所缘）。

无论是 89 心，还是 121 心，它们所执行的作用只有这十四种（或十种）。对于这些心的作用，在以后讲心路的时候会把它们联贯起来讲，那时大家就容易理解。我们的心一直都是这样运作，只是我们不知道或没有觉察到而已。

至此我们学习了心的种类，但它们是怎样运作？又如何执行其作用呢？这涉及到心路，我们从下一讲开始学习。

第十五讲、五门心路

一、五种定律

我们现在准备学习新的内容——心路。

在学习心路之前，先来讲一下定律，即一般所说的规律、法则。根据上座部佛教，有五种定律(pañcavidha niyāma)。niyāma 原意是决定，又作规律、定律、定则，它是不以人的意志而改变，本来如此发生的。如自然界的春夏秋冬、花开花落等等。

第一、时节定律(utuniyāma)：utu 直译作时节或气候。地、水、火、风四界中的火界也称为 utu；niyāma 是规律。时节定律是指自然规律，例如：地球自转产生昼夜更替，地球公转产生四季变化，寒暑凉热，更替有时；水受热能汽化，遇冷可成冰；在正常的自然条件下，春桃、夏荷、秋菊、冬梅，各种花卉各自在相应的季节中盛开，花开花谢，这些都是时节定律。

第二、种子定律(bījaniyāma)：龙眼的种子会长出龙眼，西瓜的种子会长出西瓜，所谓“种瓜得瓜，种豆得豆”。假如我们把种子剖开，却找不到里面有根、有枝、有叶，可是种子在一定的温度、土壤、水份和阳光等条件下，它

就能发芽。当种子发芽生长后，会开花、结果，而且开的花、结的果也和上代一样，这是种子定律。

种子定律广泛适用于动植物界。现代科学中的遗传学、基因科学也属于研究种子定律的范畴。根据科学，物种繁衍的重要表现是基因的遗传性，遗传得以保证生命世代延续，并使世代相似。人的后代仍然是人，并保持人的各种特征；牛的后代仍然是牛，并保持牛的各种特征；猫的后代仍然是猫，并保持猫的各种特征，基本不会混乱。同时，基因的遗传性也使生物保持了父代和母代的许多特征。例如，天鹅的羽毛是白色的，其子女的羽毛往往也是白色的。这些规律是种子定律。当然，动物（包括人类）的遗传因素比植物要复杂得多，通常还和他们所造作的业有关系，这涉及到业的定律。

第三、业的定律(kammaniyāma)：又作业果法则。造不善业不可能带来好的结果，造善业也不可能带来不好的结果。同样地，如果造的是殊胜的三因善业，能带来三因的结果；造了低劣的三因善业，能够带来二因的结果；造了二因的善业，能够带来二因或无因的果报。

业的定律和种子定律有许多相似之处：种子定律是“种瓜得瓜，种豆得豆”，是自然界的、物质的规律；而业的定律是“善有善报，恶有恶报”，主要作用于生命有情，唯有生命才能够造业。时节定律和种子定律是自然界和物质现象的规律，业的定律则涉及生命现象的规律。

第四、心的定律(cittaniyāma)：心的运作规则、定律。例如：当我们看到一个对象，首先生起的是五门转向心，然后是眼识，接着生起领受、推度、确定，然后是速行，之后彼所缘或生起或不生起。心的运作规律必定是这样的，这是定法，不会紊乱。体验到可爱所缘，生起的果报心是善果报；体验到不可爱所缘，生起的果报心则是不善果报，这也是心的定法。心必然是不断生灭的，一个心不可能延续到下一个心识刹那，即使有分心可以生起无数次，但是每一个有分心只能维持一个心识刹那，然后灭去，接着另一个心再生再灭，这是心的定律。

第五、法的定律(dhammaniyāma)：例如：一个人发愿想要成就无上佛果，他必须得到活着的佛陀的亲自授记，才能成为真正的菩萨。菩萨必定要经过至少四个不可数(asaṅkheyya)与十万大劫的漫长时间来圆满十种巴拉密，一种巴拉密都不可或缺，也不会提前成熟。菩萨圆满种种巴拉密之后，他的最后第二生必定投生到喜足天(Tusita)。当他观察到时节、父母、众生等因缘已经成熟之后，就会投生到人间。一切诸佛必定在人间出现，而不会在天界成佛。每一位菩萨在入胎、出生、证悟正自觉、初转法轮、舍弃寿行以及般涅槃的时候，大地都会发生震动，这是定法。(Dhs.A.498)

依照法的定律，一个世界在同一时期不可能有两位佛陀同时出现。我们现在的教法时期是果德玛(Gotama)佛陀

的时期，那么，在果德玛佛的教法时期，我们所学、所修的法都是依照果德玛佛的教导，我们都称为佛陀的弟子。正如佛陀说：

“诸比库，无有此事，绝不可能，若一个世界有两位阿拉汉、正自觉者不先不后地出现，无有此事！诸比库，乃有此事，若一个世界只有一位阿拉汉、正自觉者出现，乃有此事！”(A.1.277)

这些是关于佛陀的法的定律。法的定律还有很多，例如：道心生起，果心必定随之生起；道心一生起，相应的烦恼必定被断除；当禅修者证得初道初果之后，他未来的轮回必定不会超过七生；当禅修者断尽欲贪，他必定不会再投生到欲界，只会投生到色界或者无色界梵天；阿拉汉圣者已经断尽一切烦恼，他们必定不会再继续轮回，也不需要再发愿成佛。这些都是定法，是不可违逆的！

这五种定律包含很多世间学科。物理学、化学、天文、气象等自然科学研究的是时节定律。万有引力、离心力、相对论等都属于时节定律，即自然法则或物质规律。

现代生物学，包括植物学、动物学、基因科学等，研究的是种子定律。

对于业的定律，现代科学几乎没有涉及，但是古印度的宗教已经对业果定律有所了解，只不过它们的解释没有佛教那么完善。古印度有很多苦行僧、婆罗门相信轮回，

也了解到某种程度的业果法则，只是他们认为在轮回当中有个我、有灵魂而已。业的定律已涉及生命的范畴。

对于心的定律，似乎还没有看到其他外学有相关的论述。现代心理学和心的定律还相差很远，我们讲心、心所、心的定律、心路，只有在佛陀的教法中才发现。佛教对心的研究是精细入微的，并非只停留在表象上。法的定律唯有在佛陀的教法中才有。

这五种定律的前面两种属于色法或物质的定律，即使科学再发达，也不过是在研究与掌握这两种规律，并利用它来发展科技、发展生产。业的定律、心的定律和法的定律涉及到生命领域，如果我们想要解脱生死、超越轮回，必须掌握这三种定律。即使没有佛陀出世，前面四种定律依然存在。例如业的定律——造善业得善报，造恶业得恶报，这并非只有佛陀出世之后才如此运作的，在佛陀出世之前，业的定律一直都是这样运作。这些定律与佛陀是否出现世间并没有关系，只不过佛陀清楚地发现它们，并把它们清晰地阐述出来而已。

对于心的定律，有些外道也能知道心的某些运作，但除非他们依照佛陀的教法，否则没办法分析得那么精细。为什么呢？因为涉及究竟法的范畴。为什么佛陀在刚成佛时不想说法呢？因为这些法太深奥了！即使是独觉佛，虽然他们拥有无师自觉的智慧，但是也没有能力为别人说法，因为这些法太深奥了！佛陀因为知道法很深奥，所以

一开始并不想说法，后来经过大梵天萨汉巴帝(Sahampatti)的三次请求，佛陀才答应说法。我们学习过心所，知道什么是寻，什么是伺，这些都很微细。这些不是弟子的范畴，而是佛陀的范畴。是佛陀觉悟、发现它们之后准确地表述出来，我们作为弟子的只是照本宣科，依照佛陀的教导把它们转述出来而已。心是极其微细难见的，弟子们没有这么高深的智慧能无师自通这么细微的法。

对于法的定律，一般是指菩萨降生、成佛、佛陀涅槃或圣者证得圣道圣果、断除烦恼的规律。

我们掌握这五种定律，就不容易被世间五花八门的事物和现象弄糊涂。

二、六个六

在学习心路之前，先来解决几个问题，即六个六：六识、六依处、六门、六门心路、六所缘和所缘的六种呈现方式。

第一、六识(cha viññāṇāni)

六识：眼识、耳识、鼻识、舌识、身识和意识。六识都是名法。经典中时常提到的眼、耳、鼻、舌、身、意，指的就是六识。其中，眼识、耳识、鼻识、舌识、身识为双五识，意识则是指其余 79 心。

第二、六依处(cha vatthūni)

六依处：眼依处、耳依处、鼻依处、舌依处、身依处和心所依处，它们都是色法。眼依处即是我们平时所说的眼睛、肉眼，它是以眼净色为主的眼门里的色法。为什么称为“依处”呢？因为它是眼识生起所依靠的物质基础。有眼睛才能看，眼睛瞎了就看不见。弱视、近视、老花眼、白内障都会使我们看不清楚事物。虽然仍有眼识生起，但是因为依处受到损坏而看不清楚。所以，眼识的生起必须依靠物质基础，这物质基础就是眼依处。

同理，如果耳聋或耳膜损坏，我们就听不到声音。能听声音的是耳识，耳识必须依靠耳依处（我们所说的耳朵）生起，没有耳朵就不能听。无色界梵天人虽然有心识，但却不能看、不能听，因为无色梵天人没有色法，当然也没有眼依处、耳依处等，所以既不能看，也不能听，即使有佛陀出世，他们也不知道。

对于鼻、舌、身、心所依处等，也是这样。

第三、六门(cha dvārāni)

六门：眼门、耳门、鼻门、舌门、身门和意门。前面的眼、耳、鼻、舌、身门称为“五门”，它们都是色法；意门通常又称“有分”，属于名法。

眼门也是指眼净色。眼净色既是眼识生起的依处，也是眼识识知颜色的门。这里的“门”(dvāra)是指管道。有

了门，室内的人可以走出室外，室外的人也可以走进室内。所以，门是连结室内空间与室外空间的通道，六门也是心识与所缘的通道。

依处与门有何区别呢？它们的作用不同：依处是心识生起所依靠的物质基础，而门是心识通过它来识知所缘的管道。举一个不太恰当的比喻来帮助理解，比如人住在屋子里，屋子是他居住的依处，如果他想要走到屋外，必须通过门出去。屋子好比依处，房门好比六门。

第四、六门心路(cha vīthiyo)

路，巴利语 vīthi，意为道路、路线、轨道、过程，在此是指心路，或作心路过程。诸心在识知所缘时，并不会杂乱无章地生起，而是依照心的定律有条不紊地一个接一个地生起。诸心依照规律生起于诸门的过程，称为“心路”。

诸心通过六门识知各别所缘的过程，称为“六门心路”。它们分别是：眼门心路、耳门心路、鼻门心路、舌门心路、身门心路和意门心路。

为了方便理解，我们把眼、耳、鼻、舌、身门这五种心路统称为“五门心路”。五门心路是指发生在五根门的心路，意门心路是指一切只发生在意门的心路。当然，五门心路实际是通过两个门生起的，例如眼门心路是通过眼门和意门一起生起，称为“混合心路”。为了区别于纯意

门心路，我们只把眼、耳、鼻、舌、身门心路称为“五门心路”。

换言之，一切心路都必须依靠意门才能生起。五门心路与纯意门心路的唯一区别是：意门心路不必经过其他门（眼门、耳门、鼻门、舌门、身门）而生起，它可以独立地、直接地生起于意门（有分）。

每一个心路的生起，都必须依靠因缘条件。没有因缘，所有心都不能生起，心路也不能生起。眼门心路的生起需要哪些因缘条件呢？没有眼睛不能看，所以要有眼依处或眼净色。能够接受颜色撞击的大种之净称为“眼净色”。如果没有眼净色，眼门心路不能生起。另外，如果没有颜色（对象），也不会有眼门心路生起，所以还必须有作为目标的颜色所缘。还必须有光，有了光才能看到颜色。除了这些物质基础以外，还需要作意，如果我们闭上眼睛不去看，也是看不到的，因此还必须有作意，即心要去注意目标、转向所缘。

所以，眼门心路必须具足四个条件才能生起：１.眼依处或眼净色；２.作为对象的颜色所缘；３.光；４.作意。

耳门心路的生起也是一样，必须具足四个条件：１.耳净色；２.作为对象的声音所缘；３.空间，如果距离很远则听不到；４.作意。

鼻门心路的生起也要具足四个条件：1.鼻净色，如果失去嗅觉就闻不到气味；2.作为对象的气味，即香所缘(gandha)；3.风界，要有风界才能嗅到气味；4.作意。

舌门心路的生起也要具足四个条件：1.舌净色；2.味所缘(rasārammaṇa)；3.水界，如果舌头干，也尝不到味道；4.作意。

身门心路的生起也需要四个条件：1.身净色；2.触所缘，身体感触到的体内和体外的硬、软、热、冷等；3.地界，身净色只有依赖于同一粒色聚中的地界，才能接受触所缘的撞击；4.作意。

意门心路只有三个条件：1.心所依处，它是意门心生起的物质基础；2.法所缘；3.有分，有分是意门心路生起之门。

第五、六所缘

心（名法）所对应的对象或目标称为所缘。六所缘为：颜色所缘、声音所缘、气味（香）所缘、味道所缘、触所缘和法所缘。色、声、香、味、触、法这六所缘分别对应眼、耳、鼻、舌、身、意，称为“十二处”。内六处是眼、耳、鼻、舌、身、意，外六处是色、声、香、味、触、法，它们基本上是一一对应的。颜色、声音、气味、味道和触属于色法，即物质现象。我们平时所接触的对象、周围的环境，不外乎是颜色、声音、气味、味道和触，贪爱、嗔

恚、执著等烦恼均缘此而生起。

六所缘中的前五种都是色法，而法所缘则包括物质现象、心理现象、概念以及涅槃。法所缘也分为六种：

１、五净色：眼净色、耳净色、鼻净色、舌净色、身净色。这些色法是透明的，它们能接受相应所缘的撞击。眼净色能接受颜色的撞击，耳净色能接受声音的撞击等。这些净色是通过意门来识知的。

２、16 细色：色法有 28 种，除了 5 净色（眼、耳、鼻、舌、身）和 7 境色（颜色、声、香、味、地、火、风）之外，剩下的 16 种(28-5-7=16)称为“细色”。它们分别是：水界、女性根、男性根、心所依处色、食素、命根色和 10 种非真实色（空界，身表、语表，色轻快性、色柔软性、色适业性，色积集、色相续、色老性和色无常性）。

３、心：89 心，心也能识知心。我们不是用眼睛去看心，也不是用耳朵去听心，而是用心去认知心。当你生气时，你的心能知道自己在生气；当你贪爱某个人时，心也能知道这是贪爱；当你感到痛苦时，心也知道自己很痛苦。虽然心不能认知其本身，但是它可以认知其他的心，就像手指不能碰触到自己本身，但却能碰触其他的手指。因此，心能够了知自己的心、他人的心，也能了知前面生起的心、后面生起的心（修缘起时）。例如你看到一个人生气，你的心也知道他在生气。所以，心（意识）也能识知心。

4 、心所：52 心所。快乐时知道快乐，身体痛时知道痛，这些感受是用心、意识来了知的。当我们“想”的时候，知道正在“想”；生起“信”——信心、信仰的时候，心也能知道。这些都是心能识知的心所。

五净色、十六细色、心和心所这四种法所缘都是行法或有为法，前面讲到的颜色、声、香、味和触这五所缘也属于行法。

5 、涅槃：涅槃不是行法，而是无为法。涅槃也是心识知的目标。八种出世间心都取涅槃为所缘，大善心和大唯作心也能取涅槃为所缘。所以心能识知涅槃。

6 、概念：上面五种都是究竟法，而我们认知世界经常生起的是概念。例如：这是人，这是父母、儿女、房子等；昨天、今天、明天等时间概念。概念属于法所缘，为意门心路所识知。

了解这些所缘之后，我们就知道眼睛只能看颜色，即眼识认知的只是颜色而不是概念和其他所缘；耳朵听的只是声音；鼻子嗅的只是气味；舌头尝的只是味道；身体触的只是感触。不过，意门心不仅可以认知颜色、声音、气味、味道和触所缘，还能认知其他究竟法和概念，所以说心可以识知一切，甚至不存在或不可能发生的事都可以想像出来，这些是法所缘。法所缘是意门心识知的对象。

图表 18：六所缘

六识	六所缘
眼识	颜色所缘
耳识	声所缘
鼻识	香所缘
舌识	味所缘
身识	触所缘(地、火、风)
意识	法所缘(5 净色、16 细色、52 心所、89 心、涅槃、概念) + *7 境色 = 一切所缘*

注：意识能取一切所缘，并非只是法所缘，所以 7 境色用斜体字标示。

图表 19：五个六的大致关系

	六识	六依处	六门	六门心路	六所缘
1	眼识	眼依处	眼门	眼门心路	色所缘
2	耳识	耳依处	耳门	耳门心路	声所缘
3	鼻识	鼻依处	鼻门	鼻门心路	香所缘
4	舌识	舌依处	舌门	舌门心路	味所缘
5	身识	身依处	身门	身门心路	触所缘
6	意识	心所依处	意门	意门心路	法所缘

注：此表的前面五组是一一对应的关系，但第六组的关系较复杂，在此只是列出其大致关系。

第六、所缘的六种呈现方式

当所缘被我们认知的时候，它们以六种方式呈现：于五门是极大所缘、大所缘、微细所缘和极微细所缘；于意门是清晰和不清晰所缘。这里的极大、大、微细和极微细，并不是指对象体积的大小，而是指对象给心的撞击力。撞击力强就是极大所缘或大所缘，撞击力弱则是微细或极微细所缘。即使体积很大或很粗显的颜色所缘呈现在眼门，但如果眼净色（视力）很弱，或者对象在眼净色的高峰期已过才撞击，或者光线暗淡，那么我们对这个颜色所缘的认知也不会很清楚。例如：对于视力不好的人，即使一个人走到他面前，如果不戴眼镜他也看不清楚；在黑暗的地方要看清楚也不容易。所以这些所缘称为微细或极微细所缘。

当所缘正好在眼净色的高峰期撞击，而且视力良好，光线足够，这种所缘能被我们清楚地识知，称为极大所缘或大所缘。即使所缘本身体积很小，但如果集中注意力看，例如看一本精彩的小说，即使字体很小，也会看得津津有味，这时的对象也是极大所缘。

因此，大所缘与微细所缘不是指对象体积的大小，而是根据对象开始呈现在根门直到停止这段期间，生起多少心识刹那来决定。也可以这样理解：极大和大所缘是能够看清楚、听清楚的所缘，微细和极微细所缘是看不太清楚、听不太清楚的所缘。这四种所缘的呈现方式是针对五门心

路的所缘的清晰程度而言。

还有两种是意门心路的所缘呈现方式：清晰所缘和不清晰所缘，这两种所缘与前面四种所缘一样，都是由心的意念力强或弱来决定的。举个例说明：

１、曾经有一段刻骨铭心的经历，即使经过多年以后，依然能清晰地记得，这是清晰所缘。

２、漫不经心地想起一件事，但随后很快就忘记了，这是不清晰所缘。

三、五门心路

第一、名色相续流

我们现在开始来学习心路，先讲五门心路。心路有六种，眼门、耳门、鼻门、舌门、身门这五种合称“五门心路”，另外一种是意门心路。

之前讲名法的时候，谈到色法的寿命等于十七个心识刹那，意思是一粒色聚从生起到坏灭这个极短暂的过程中，心已经生灭了十七次。因此佛陀说：“我不见有任何一法比心生灭更快。”心的生灭速度有多快呢？在一弹指或一眨眼间，已经有几万亿个心识生灭过去了。虽然一个心识刹那生灭极快，但还是可以把它分为三个小刹那：生、住、灭。色法同样也可以分为生、住、灭三个小刹那。

心不断地生灭，只要我们还有生命，还在轮回当中，

心识刹那必定是生起又灭去、灭去再生起……心识生灭次第不断地发生，如同河流之水一般没有间断。所以，我们把身心在轮回中流转称为“名色相续流”。名和色极快速地生灭，灭去后又再生起，不断地生灭而不会中断，称为“相续”。以人活到八十岁为例，从出生到死亡的这一段期间，这一堆名色相续流即连续地生灭八十年，当这一期生命结束之后，由于还有烦恼和业，名色之流还会继续流下去，于是又再结生，然后落入有分……生命就是这样连续不断地生灭，这是相续流。

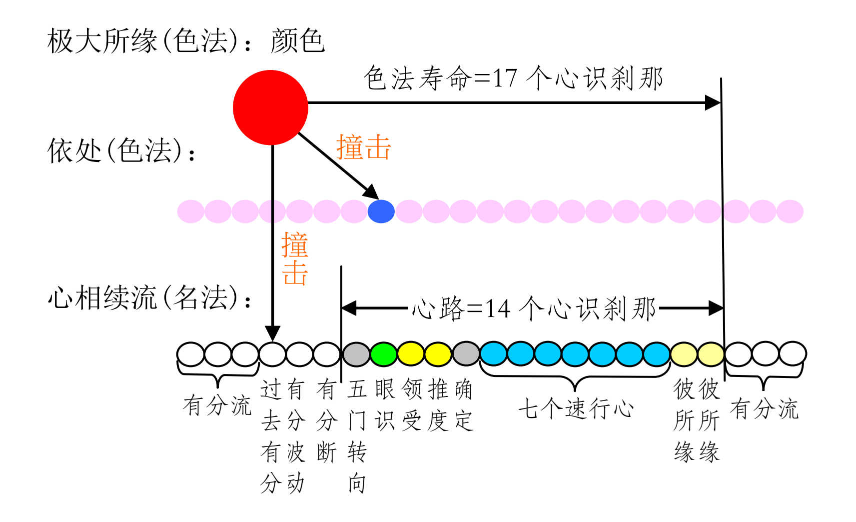
我们可以回忆起小时候的一些事情，甚至有人能记起前生的事情，于是认为有个恒常的我；这种只看到相续，看不到刹那生灭的邪见叫做常见(sassata diṭṭhi)。还有许多人认为人在死的那一刻生命就断灭了，不会再继续，也没有三世轮回；这种只看到坏灭，看不到生命的相续不断，否定业果的邪见叫做断见(uccheda diṭṭhi)。常见与断见是两种极端的邪见。

名色法不断地生灭，没有一刹那停留，但是在生灭的过程中，它却是一个相续不断的过程，称为名色相续流。

第二、眼门心路

在五门心路中，最多有十四个心路心生灭。我们以极大所缘为例，来说明眼门心路的发生过程（如图表 20 所示）。

图表 20：极大所缘的眼门心路



有分流不断地生灭，这时出现一个颜色所缘，它在眼净色的高峰期同时撞击有分和眼净色。在撞击的那一刹那，一个有分已经生灭过去；之后有分波动两下即中断，接着生起一个五门转向心，开始把心流从有分流拉向所缘。

五门转向心之前的有分心不能识知现在的颜色所缘。从五门转向开始，心流转向颜色所缘。五门转向心灭去之后，生起一个眼识，执行看所缘的作用，所以，真正意义的“看”是在眼识阶段。眼识灭去之后，生起一个领受心，领受眼识刚刚识知的颜色所缘。领受心灭去之后，生起一个推度心，推度、检查刚刚识知的颜色所缘。推度心灭去

之后，生起一个确定心，确定刚刚识知的所缘。确定心灭去之后，依次生起七个速行心，造业即是发生在速行阶段。如果是极大所缘或清晰所缘，速行心灭去之后，会有两个彼所缘生起，继续取速行所识知的所缘。在彼所缘灭去的同时，色法也灭去。只有所缘是极大所缘或清晰所缘，而且是欲界有情取欲界究竟法为目标时，彼所缘才会生起。

由图一可以看到，从五门转向开始一直到彼所缘，一共有十四个心路心生灭，这也是在五门心路中，心路心生灭最多的过程。但是色法的寿命等于十七个心识刹那又应如何理解呢？颜色所缘在撞击有分时，一个有分心生灭过去，之后有分波动两下，这三个有分心再加上十四个心路心就是十七个。从撞击有分开始，色法生起；到第二个彼所缘灭去时，色法也同时灭去。所以，色法的寿命等于十七个心识刹那。

当彼所缘灭去之后，一个心路即告完成，心流又落入有分。我们所说的“看”就是如此发生的。这是以极大所缘的眼门心路为例子来解说的。

如何理解这些心路心在识知颜色时的各别作用呢？古代的义注师们用吃芒果的例子来比喻：有一个人正在芒果树下蒙头大睡，这时，一颗成熟的芒果掉下来，芒果掉在地上的声音传到他的耳朵，他被声音吵醒。于是他睁开眼睛，伸手去拿芒果，他拿着芒果捏一捏，嗅一嗅，然后把芒果吃了；吃完后再回味一下，然后又蒙头大睡了。

在这个比喻中，于芒果树下睡觉犹如有分流；芒果掉在地上的声音传到他的耳朵犹如所缘撞击根门；被声音吵醒犹如五门转向心转向所缘；睁开眼睛犹如眼识看所缘；伸手拿芒果犹如领受心领受所缘；捏一捏芒果犹如推度心在推度所缘；嗅一嗅犹如确定心确定所缘；吃芒果犹如速行心；吞下去后再回味，比喻彼所缘继续取速行的目标为所缘；吃完之后又蒙头大睡了，比喻又落入有分。

再用“喝茶”来比喻“眼睛看东西”的过程：茶倒进杯子后，伸手拿杯子，在喝茶之前先嗅一嗅，闻一闻茶香，再喝下去，喝下去之后再回味，然后把茶杯放下。

应当注意的是：整个心路的发生，心纯粹只是生起而识知所缘，背后并没有一个主宰者，没有“我”在控制，没有所谓的体验者，或者说在心路之外不存在一个能认知、识知的人。因此，不能执著心为我，不能认为“我能看、我能听、我能想……”因为心识知所缘只是一个过程而已。

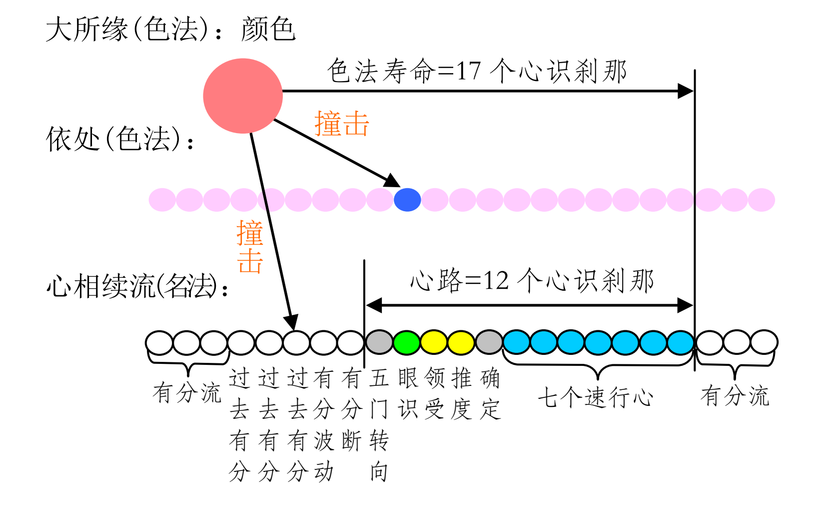
刹那生灭的心本身已足够完成识知对象的所有作用，而识知过程的互相配合源于心的定律。在心路中，每一心识都依照心的定律生起又灭去，每一心识都依靠不同的因缘而生起。例如，心除了必须有依处和所缘之外，还要有门。一切心识都是缘生法、有为法、行法，有为法必定是生灭的，必定是无常、苦、无我的。

当一个心识生起的时候，它就在心路中执行特定的作

用。例如，眼识执行看的作用，领受心执行领受的作用，在执行领受作用时，眼识已经完成了看的作用并且灭去；领受心灭去之后，生起的推度心执行推度的作用；当确定心生起时，推度心已经灭去了；当速行心生起时，执行速行的作用，确定心已经灭去了。这样，一个“看”的心路结束了。当心路结束后，有分心生起，继续执行使生命流延续不断的作用。

每一个心识的灭去，也提供机会给下一个心生起，并且把所缘的信息传递给下一个心，使下一个心路心能继续取前生心的所缘，直到一个心路结束，有分流又开始生灭。这是心的定法。

图表 21： 大所缘的眼门心路



下面我们讲大所缘的眼门心路（如图表 21 所示）：

颜色所缘在两三个过去有分生灭之后，才撞击眼净色和有分，并令有分波动两下。随后生起一个五门转向心，执行转向的作用，把心流转向于该颜色所缘；五门转向心灭去之后，生起一个眼识，执行看的作用；眼识灭去之后，生起一个领受心，执行领受的作用；领受心灭去之后，生起一个推度心，执行推度的作用；推度心灭去之后，生起一个确定心，执行确定的作用；确定心灭去之后，接着生起七个速行心，执行跑向所缘的作用；在速行心灭去的同时，颜色所缘也灭去。因为是大所缘，所以两个彼所缘不会生起。在速行之后，心流又落入有分。

这个眼门心路只有十二个心路心。这十二个心路心加上撞击有分、两个有分波动、两个过去有分，还是十七个心识刹那，这是色法的寿命。因为所缘的撞击力稍弱，两个彼所缘不会生起，所以这个心路的寿命是十二个心识刹那。这是大所缘的眼门心路。

如果所缘的撞击力很弱，则称为“微细所缘”或“极微细所缘”。微细所缘撞击有分的时候，过去有分已经生灭了很多次，速行心通常不会生起，只是到确定心就落入有分。对于极微细所缘，连心路心都不会生起，只能令有分波动而已。

因此，依照所缘的四种方式，五门心路可分为四种，并以最后一个灭去的心来命名：当所缘是极大所缘时，心

路在彼所缘心灭去时结束，称为“彼所缘时分”。当所缘是大所缘时，心路在速行心灭去时结束，称为“速行时分”。当所缘是微细所缘时，心路在确定心灭去时结束，称为“确定时分”。对于极微细所缘，连心路都不会生起，只是有分波动两下，称为“无效时分”。

上面是以“眼门心路看颜色”为例子，对于耳门心路听声音、鼻门心路嗅气味、舌门心路尝味道、身门心路碰触地火风三种触所缘，它们的运作规律都是相似的。这些是五门心路。

第十六讲、微小速行心路

一、意门心路的分类

意门心路(manodvāravīthi)的种类比五门心路更多，大致可归纳为两大类：1. 微小速行心路(parittajavanavīthi)，2. 安止速行心路(appanājavanavīthi)。

微小速行心路也称为欲界意门心路，以区别色界、无色界及出世间心路。因为在欲界心路中，速行心生灭最多不会超过七次，所以称为微小速行心路。然而在安止速行心路中，速行心可以生起无数次。

一、微小速行心路又可以分为两类：

1、随起意门心路。“随起”是指跟随着五门心路之后生起。当识知颜色、声音等所缘的五门心路灭去之后，随之生起的是意门心路。因为这些意门心路紧跟着五门心路生起，而且同样取刚才所看到的颜色、听到的声音等所缘，所以这些心路称为“随起”或“随五门起”(pañcadvārānubandhakā)的心路。

当我们看、听、嗅、尝、触的时候，如果只是五门心路，它们识知所缘的力量很弱，必须经过意门心路的不断重复、接受和加工，给所缘命名、定义，形成概念，于是

我们知道这是什么、那是什么。五门心路纯粹只是获取信息而已，并没有对其进行加工，就好像工厂采购一堆原材料回来，还要经过加工才能成为产品。

２、独立意门心路。即使我们没有看到、听到或尝到，也会想东西，会回忆过去、计划未来，会推理、归纳、创造、想像，这些都是“独立意门心路”。

两者如何区别呢？例如，我们看到某个人，便知道他叫什么名字，这是随起意门心路在起作用。当我们想起过去曾认识的某个人，并知道他的名字、容貌，这是独立意门心路在起作用。

二、安止速行心路也可以分为两类：

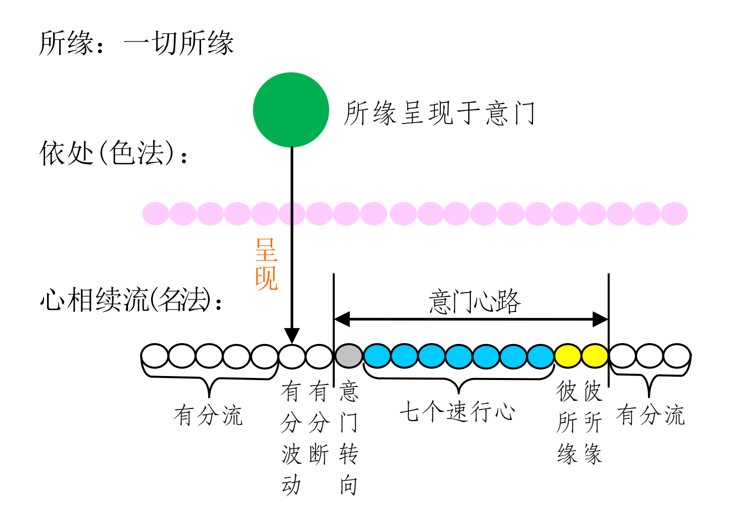
１、广大速行心路。“广大”是指广大心。广大心一共有 27 种，能起速行作用的只有 18 种，包括色界善心 5 种、唯作心 5 种，无色界善心 4 种、唯作心 4 种，这些心都是禅那心，生起于心路中。我们所说的证入禅那或者入定，就是广大速行心路。

２、出世间速行心路。当禅修者初次证悟圣道圣果时的心路，称为“道果速行心路”；当圣者取涅槃为目标而入果定时的心路，称为“果定心路”。

二、意门心路的规律

意门心路和五门心路有所不同。相对而言，欲界意门心路比五门心路生起的心识要少。在五门心路中有五门转向、五识、领受、推度、确定，之后才是速行。但是在意门心路中并没有根识、领受、推度和确定，只有意门转向，之后就是速行，彼所缘可能会生起。

图表22：意门心路



我们讲一讲意门心路的过程以及各别的作用（如图表22所示）。先是有分流，有分心不断地生灭。当所缘呈现于意门的时候，有分波动两次，然后生起一个意门转向心，

把心流从有分流拉出来，转向于呈现在意门的对象。因为意门直接从有分生起，所以意门也称为有分。意门转向心灭去之后，依次生起七个速行心；速行心灭去之后，如果对象是清晰所缘，将会有两个彼所缘生起；彼所缘灭去之后，又落入有分。所以，清晰所缘的心路一共有十个心路心（一个意门转向、七个速行、两个彼所缘）。

如果是不清晰所缘，两个彼所缘则不会生起。即：一个意门转向心生灭后，接着生起七个速行心，速行心灭去后，心流又落入有分，没有彼所缘的生起。这是不清晰所缘的意门心路的生灭法则。

我们现在明白五门心路和意门心路的基本运作方式。这些都是我们的心每时每刻生起的运作规律——心的定律(cittaniyāma)。

三、随起意门心路

随起意门心路是怎样运作的呢？即当眼睛看到颜色、耳朵听到声音、鼻子嗅到气味、舌头尝到味道或身体触到触所缘时，心是如何对这些所缘进行加工、判断的呢？

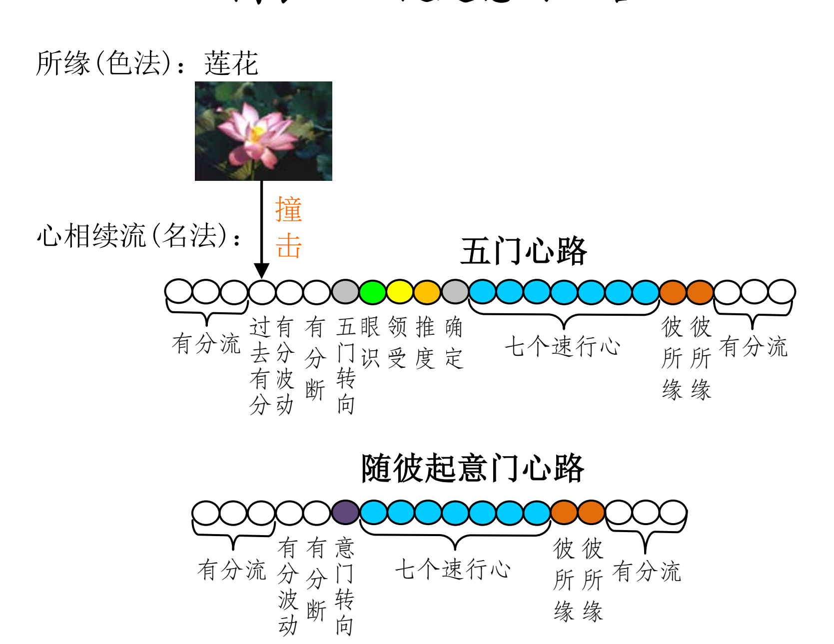
犹如敲钟一样，每敲一次钟，就会传出嗡嗡的回响声。同样地，五种根门只要受到五种所缘（颜色、声音、气味、味道、触）的一次撞击，在五门心路灭去之后，这个过去所缘还会继续呈现在意门，从而引发许许多多的意门心

路。由于这些心路随着五门心路之后生起，所以称为“随五门起意门心路”。

根据五种根门，随起意门心路也有五种，即：随眼门起的意门心路、随耳门起的意门心路、随鼻门起的意门心路、随舌门起的意门心路和随身门起的意门心路。

能够明确地识知所看到、听到的对象，实际上是发生在意门，即由心想来识知，而不仅仅只是用眼睛看那么简单。我们以所谓“眼睛看到一朵莲花”为例子来说明识知所缘的一系列过程（如图表 23 所示）：

图表 23：随起意门心路



先是有分流。当莲花作为颜色所缘撞击眼净色和有分时，一个心识刹那生灭过去；然后有分波动两下；之后生起一个五门转向心，五门转向使心流转向于颜色(莲花)；五门转向心灭去后，生起一个眼识“看”颜色(莲花)；随后生起一个领受心领受颜色；推度心推度该对象；确定心确定对象；确定心灭去后，生起七个速行心；速行心灭去之后，可能生起两个彼所缘；随着彼所缘灭去，该颜色所缘也灭去了。这个心路称为眼门心路。纯五门心路只能获取所缘的信息，就像原材料采集站，只负责把原材料收集起来，之后的加工过程则由其他部门进行。

眼门心路灭去后又落入有分，有分生灭很多次之后，接着生起“随彼起意门心路”(tadanuvattikā manodvāra-vīthi)。“随彼起”即紧跟着五门生起。眼门心路灭去之后，刚刚看到的颜色所缘也灭去，紧接着生起的意门心路，再次缘取眼门心路刚刚识知的所缘，但是还不能确知是莲花，只是知道颜色信息而已。

当随彼起意门心路灭去之后，继续生起一个意门心路整体地识知该所缘(samudāyagāhikā)，并且组合所缘的各种信息。由于这个意门心路也是跟着五门心路生起的，所以也属于随起意门心路。但它所执行的作用不同，前面的意门心路继续取五门心路的所缘，而这个意门心路则识知整体信息后再进行组合。换言之，五门心路收集原材料，第一个意门心路接纳原材料，由第二个意门心路进行组合。

这个心路灭去之后，又落入有分。

有分生灭无数次后，生起另一个意门心路，识知该所缘的颜色特点(vaṇṇasallakkhaṇā)，如莲花的粉红色。该心路灭去之后，紧接着生起另外一个意门心路，领会所缘的形体(vatthugāhikā)。当这个心路灭去之后，接着生起的意门心路识知所缘的形体(vatthusallakkhaṇā)，即知道莲花的大致形状。到此，经过领会后识知，对所缘已有所把握，进一步识知是莲花。当这个心路灭去之后，又落入有分。

接着生起的意门心路领会所缘的名称(nāmagāhikā)。当这个意门心路灭去之后，又生起一个意门心路，识知所缘的名称(nāmasallakkhaṇā)，知道“这是莲花”。

可以看出，心的运作是很复杂的。当我们看到一个对象时，也许对象本身只是这样，然而，我们的内心会不断地收集它的各种信息，并进行加工、整合、命名，从而知道这是什么。然后，内心又根据过去的经验或所接受的观点，对所缘安立各种概念，判断这是好的、这是不好的，于是产生各种分别、喜恶和执著。

心路的生灭是非常迅速的，一眨眼、一弹指之间，已经有无数亿个心路生灭过去。即使一个人的反应再快，比如看书能一目十行，事实上还是由一个眼门心路看一段文字后，再由若干个意门心路进行加工，然后再看下一段文字，意门心路再进行一系列的加工——领会、下定义、安立概念，再进行分析、判断等。于是好的就喜欢，不好的

就厌恶。对于喜欢的，接下去的无数意门心路生起贪；对厌恶的，又在意门心路里生起嗔。心的运作就是这么快速而微细。

在这些心路中，第二个随起意门心路整体地识知已重复地被前两个心路（即五门及随彼起意门心路）识知的所缘，组合从五门心路收集到的信息，将所缘的片段感觉组成一体(samudāyagāhikā)。就好像下雨的时候，我们看到的不是一滴滴的雨落下来，而是一条雨线；又如快速旋转着的火把，我们看到的是一个火圈。同样地，第二个随起意门心路能够整合所缘，并将其视为一个整体。

当识知颜色的意门心路发生之后，就知道这是红色、黄色或者蓝色。当识知形体的心路发生时，就知道这是什么形状、这是什么物体。当识知名称的心路发生时，就能知道对象的名字。

例如，我们看到一个认识的人走过来，执行“看”的是眼门心路，它只是收集一堆素材。接着的许多意门心路接过素材进行整合，识知这是什么；然后再识知其整体形象，忆起他的名字，于是便知道他是某某人，姓甚名谁，这些过程都极其快速。如果心不敏锐的话，这些心路还要生起更多次。例如看到一个人走过来，要经过一两秒钟才能反应过来，这一两秒钟已经有无数的心路生灭过去了。所以，以上所举的心识知所缘的过程是对极敏锐的心而言，而事实上心路的运作比此还要复杂得多。

因此，随五门起意门心路是紧跟着五门心路、执行一系列不同作用的意门心路。

四、独立意门心路

当六种所缘的任何一种直接呈现于意门，而不是发生在五门心路之后的心路，称为“独立意门心路”。

五门心路识知相应的五所缘：眼门心路识知颜色所缘，耳门心路识知声音所缘，鼻门心路识知气味所缘，舌门心路识知味道所缘，身门心路识知触所缘。与意门心路相对应的是法所缘。然而，意门心路除了能认知法所缘之外，还能识知一切所缘。为什么呢？因为我们说眼睛只能“看”颜色，其实是眼门心路在执行看颜色的作用。心能不能知道颜色呢？可以！现在大家在心中想红色可以吗？可以！心也可以识知声音，比如大家回想起以前曾经听过的音乐。因此，意门心路可以识知任何对象，包括存在的和不存在的。即使事实上不可能存在的东西，内心也可以想像、虚构出来。

五门分别通过看、听、嗅、尝、触来识知所缘，那么，独立意门心路是怎样识知所缘的呢？根据阿毗达摩的义注和复注，有以下几个来源：

第一、体验过的(diṭṭhaṃ)。曾经看过、听过、闻过、

尝过、触过的对象。只要通过五门清晰地体验过某种目标，哪怕只有一次，即使过了一百年，这个目标在因缘条件具足的情况下，也可能令有分波动。因为受到过去经验滋养过的心是非常容易受到它们影响的。无论遇到五所缘中的任何一种，都可以触发一连串的心流，从而识知上千个过去曾体验过的目标，这就是记忆、回忆的原因。因此，只要我们过去曾经体验过，而且是清晰所缘，意门心路就有能力把当时的经验提取过来。当然，这只是提取过去的经验，并非让心回到过去，毕竟这些经验都是过去所缘。

第二、听说的(sutaṃ)。没有真正见过，只是通过听说而知道。例如从报纸上看到某地发生战争，虽然你不曾亲身经历过战争，也不曾到过该地，但还是可以想像出战争的恐怖。

第三、两者(ubhayasambandhaṃ)。听到一件曾经体验过的事情。例如你的朋友说今晚要请你去吃川菜，因为以前曾经吃过川菜，所以立刻能想像出川菜的味道与特色。

第四、信仰(saddhā)。信心可以引发许多意门心路。一个人坚信某样事情时，就会经常想着这个目标。例如信教人士相信有神、有菩萨，于是他们会想像出神的威力、菩萨的样子、菩萨的功能，想像菩萨如何保佑众生，甚至会编造出很多宗教经典和传说。有个很有趣的现象，许多华人会把某些现象解释为佛菩萨的作用，例如睡觉梦到某间寺院、梦见某某大师，于是相信是菩萨在指点他们；打

坐见到光、见到菩萨，认为佛菩萨在显灵。缅甸人不相信菩萨，会认为这些是鬼神现象。而学过教理的人则认为这些只是心理现象而已。

第五、喜欢(ruci)。由于喜欢某个人、某样东西或某件事情，心通常会主动地倾向于这类所缘，使之成为意门心路的目标。

第六、推理(ākāraparivitakka)。推理是根据已知的而推论未知的，或者根据已经发生的来推测将会发生或可能发生的事情。比如天空乌云密布，电闪雷鸣，便知道快要下雨了，这是推理。数学的运算、哲学的逻辑、刑侦的破案等，都属于推理的范畴。

第七、所接受的观念(diṭṭhinijjhānakhanti)。一个人所接受的理论、观念、看法，它会影响他的思维模式，使他倾向于用这类理论、观念来看待事物和解释问题。例如唯物论者和唯心论者看待同一样事情就有很大的出入。

第八、业力(kammabala)。由于业将要成熟而成为意门的目标。尤其是人在临终时，过去所造的业会以业、业相或趣相的形式呈现在他的六门之一，他的心就能缘取过去所造之业，作为意门识知的目标。

第九、神通力(iddhibala)。神通心可以识知别人的心，也可以变现出一些对象成为他人识知的目标。

第十、界的动摇(dhātukkhobha)。四界动摇在我们体内是经常发生的。例如有些人生病的时候看到一些幻象，

做梦时感觉沉重、轻盈，梦见山崩、大水、大火等等，这些是由于四界动摇而出现的心理幻象。

在此也顺便谈一谈梦，因为很多人对梦的现象既感兴趣，又感到困惑。根据上座部佛教，梦并不属于五门心路，而是微弱的意门心路。因此梦中的情景通常缺乏理性和逻辑，多数只是一些零碎的记忆片段。

做梦有四种原因：

1. 界的动摇(dhātukkhobhato)，即四界动摇。由于胆汁等的动摇而梦到山崩、地裂、在空中飞翔、被猛兽盗贼追杀等。

2. 先前经验(anubhūtapubbato)，即所谓“日有所思，夜有所梦”。在白天或者以前曾经历过的事情，在梦中以没有逻辑的记忆片段呈现出来。

3. 天神影响(devatopasaṃhārato)，即非人报梦。天人为了告知有利的或不利的事情，通过他们的能力来影响人的梦境。例如梦见去世的先人或非人等。

4. 前兆(pubbanimittato)，即预兆未来的梦。未来将会发生的或好或不好的事情，能以美梦、恶梦或某种征兆的形式呈现。

在这四种梦当中，第一、第二种梦是不真实的；第三种梦可能是真的，也可能不是真的；第四种梦通常是真实的。但绝大部分的梦是杂乱无章的，由前两种原因引起。

第十一、天神影响(devatopasaṃhāra)。天神有时候能

影响一个人的梦境，有时候也能在人清醒的时候影响。所谓的“非人附体”就属于这一类。当然，只有福报差的人才会被非人控制，福报大的人多数不会发生。

第十二、随觉(anubodha)。通过听闻正法等而对四圣谛——苦圣谛、集圣谛、灭圣谛、道圣谛培养的世间智。只有圣者才能如实知见四圣谛，但是凡夫也能部分地了知四圣谛。例如：因为明白苦圣谛而不生起有身见，因明白集圣谛而不生起断灭见，因明白灭圣谛而不生起常见，因明白道圣谛而不生起无作用见。因为明白苦圣谛而不会认为世间是永恒、快乐、自我的，因明白集圣谛而不会相信世界是由上帝、神佛等所创造的，因明白灭圣谛而不会把落入有分、定境等当成涅槃，因明白道圣谛而不会相信纵欲、苦行、祭祀、持咒等能导向解脱。这些都是随觉智。

第十三、证悟(paṭivedha)，又作通达，即证悟四圣谛。圣者并非通过五门心路证悟涅槃，而是通过意门心路证悟涅槃。不能通过看书、听闻、信仰、推理、想像等证悟涅槃，只有通过道果心路才能证悟涅槃。(Pd.137)

这些是独立意门心路识知所缘的原因。不断受到这些因缘刺激的心流，时时刻刻都在寻找机会从有分当中出起，以清楚地识知目标。因此，有分心里的作意心所不断地令有分波动，以及不断地把心转向于由于因缘已经具足而呈现的目标。虽然有分心有自已的目标，但它还是倾向

于缘取其他的对象。由于有分心不断地蠢蠢欲动，当某一目标基于某种因缘而足够明显时，它就能把心流从有分中拉出来，从而成为意门心路识知的所缘。

简单地作个总结，独立意门心路根据所缘可以分为六种：1.根据以前直接体验过的；2.根据以前的直接体验再加以推测的；3.根据听来的；4.根据听来再加以推测的；5.根据所识知的；6.根据所识知再加以推测的。其中，根据所识知的包括相信、观念、随觉及证悟等；根据所识知再加以推测的，包括通过归纳、推理得来的结论。这些都可以成为独立意门心路所认知的目标。

五、意门心路生起之因

没有因缘，心不会生起。作为意门心路的速行心，必须同时具备四种缘才能生起：

一、依处(hadaya vatthu)——心所依处。

二、所缘(ārammaṇa)——心识知的对象。

三、意触(manosamphassa)——又分为三种：

1、有分意触：有分心称为意门，一切意门心路都是从有分心中出起的，因此有分意触（有分心）是意门心路生起的必要条件。

2、前生意触：刚刚灭去的心是后面生起之心的缘。只有前生心的灭去，才能提供后生心的生起。在“二十四

缘”中，前生意触以无间缘、等无间缘、离去缘、无有缘等缘支助后生心。

３、俱生意触。任何名法不会单独生起，必定伴随着一定数量的相应名法一起生起，所以心与相应心所称为“俱生”，即一起生起的意思。与心同生同灭的相应心所称为“俱生意触”。

四、作意(manasikāra)——令心导向所缘。

既然心必须依赖诸多因缘才能生起，能不能说心是“我”、心是主宰者呢？不能！如果认为心是我，它必须是独立的、自主的，但是心必须具足诸多因缘才能生起，所以说心无我。大家也许会感到困惑，应如何理解这个问题呢？

我们用欲界意门心路来解释这种关系：对于意门转向心，欲界心的生起都必须依靠依处，意门转向心的依处是心所依处。同时，还要有所缘作为识知的对象，意门转向心才会生起。另外，因为前面有分心的灭去，才会有意门转向心的生起。

当意门转向心灭去之后，生起第一个速行心。因为有了有分心作为意门，速行心才能生起。同时，有了意门转向心的灭去，才会有速行心的生起。另外，速行心由若干个心所和心组合而成，不仅有心，还有触、受、想、思、一境性、命根、作意等心所；此外，还要有作意，心才能

成功地投向对象。

第一个速行心灭去之后，第二、第三……速行心接连生起。由于前生心的灭去，才有后生心的生起，这称为“前生意触为缘”。

在五蕴世间里，无论是有分心，还是意门转向心或者速行心，都必须依靠心所依处生起，心所依处是心脏里的血，这是心生起的物质基础。同时，任何一个心都不能单独生起，它必定伴随着若干相应心所，而相应心所也必须和心一起生起，这称为“俱生”，即同时生起，也同时灭去。一切心必定有识知的对象。各种因缘具足了，才会有心的生起。当心路灭去之后，又落入有分流。当然，有分心也有其识知的目标。

六、所缘对心路的影响

平时所看、听、嗅、尝、触、想的对象，可以依其性质分为三类：

一、不可爱所缘(aniṭṭha ārammaṇa)；

二、可爱所缘(iṭṭha ārammaṇa)，又称中等可爱所缘(iṭṭha majjhatta ārammaṇa)；

三、极可爱所缘(ati-iṭṭha ārammaṇa)。

可爱所缘有中等可爱和极可爱两种，不可爱所缘只有一种。

根据阿毗达摩，所缘是可爱或不可爱由其自身的性质决定，与体验者的偏爱无关系，不会因为体验者的性格或偏爱而有所改变。

这句话有两层意思：

一、所缘依其自身的性质而属于可爱或不可爱，与体验者的偏爱没有关系。

人们常常因为颠倒想，把可爱的对象当作不可爱的，把不可爱的对象当作可爱的。例如你在生气时，会把好的东西也看成是不好的；而当你在高兴时，会把不好的东西也看成是好的。对象是好是坏本来就是那么样，只是我们常常会受到情绪的左右而分不清事物的是非黑白。

对象性质是好是坏、所缘是可爱或者不可爱，可用中等有情(majjhimakasatta)的标准来衡量。这里的中等有情不是指国王等有极大福报者，也不是指贫穷困苦者，而是指算数师、大臣、长者、地主、商人等，他们对所缘的判断带有普遍性，比较不会走向极端。至于我们的心如何体验所缘、怎么改变它，接下来会讲到。

二、体验到哪种所缘由过去的业来决定。

如果我们遇到的目标提供过去业成熟的因缘，就生起为果报心，这果报心自动与其所缘的性质相符合，完全没有刻意造作，犹如照镜子一样，与自己的真面目相符。

当不善业成熟时，人们体验到不可爱所缘；生起识知该所缘的是不善果报心。由于体验到不可爱所缘，在五门

心路中生起的根识、领受心、推度心和彼所缘必定也是不善果报心。它们的受除了身识是苦受之外，其他的都是舍受。

相反地，当善业成熟时，人们体验到可爱或极可爱所缘；生起识知该所缘的是善果报心。也就是说，当我们的善业成熟时，看到、听到、尝到、触到的都是好的所缘。这些所感受到、体验到、接触到、遇到的好对象，称为"可爱所缘"或者"极可爱所缘"。这些对象是通过善果报心来体验的。

七、所缘与果报心的关系

还有一点要注意：果报心由所缘的性质决定，但速行心却可以改变。

果报心由所缘的性质决定，而所缘的性质又与过去的业有关，过去业的成熟使我们体验到相应的果报。体验果报的心即是果报心。我们无法改变果报心是善还是不善，但是却可以改变造业的心——速行心。

我们先讲所缘与果报心的关系，接着再讲如何通过作意来改变速行心。

若体验不可爱所缘，例如看到不好看的、听到不好听的，或遭遇不幸等等，这些不好的对象都由眼、耳、鼻、舌、身来体验。相应地，在五门心路中的根识、领受、推

度与彼所缘都是不善果报心。根识、领受、推度及一部分彼所缘都属于无因心。下面以眼门心路为例来说明：

当不可爱的颜色所缘撞击眼净色和有分后，生起一个五门转向心；五门转向心灭去后生起一个眼识，眼识看到这不可爱的颜色所缘；眼识灭去后生起一个领受心；领受心灭去后生起一个推度心，眼识、领受、推度三种心属于果报心，因为体验到的是不可爱所缘，所以这三种心都是不善果报心。推度心灭去之后生起一个确定心，确定心属于无因唯作心，它只是确定所缘而已，既不造业，也不体验果报。确定心灭去后生起七个速行心，速行心不是果报心，而是造作善或不善业的心。速行心灭去后，如果所缘是极大所缘，将有两个彼所缘生起，这两个彼所缘也属于不善果报心。彼所缘灭去之后，心流又落入有分。

在五门心路中，果报心包括各别的根识、领受、推度和彼所缘，它们都是体验果报的心。如果是不善果报成熟，则体验到不好的对象，所谓的受苦、受灾、不幸等，都是由这些心来体验。

若体验极可爱或可爱所缘，根识、领受、推度与彼所缘都是善果报心。极可爱所缘表现为美好、美丽、漂亮、可意的对象，可以给人带来可爱、可意、舒适的感觉。下面以眼门心路为例来说明：

当极可爱颜色所缘撞击到眼净色和有分后，生起一个五门转向心，使心流转向这个极可爱所缘；五门转向心灭

去后生起一个眼识，看这个颜色所缘；然后依次生起领受心和推度心。这里的眼识、领受、推度三种心都属于果报心，因为体验的是极可爱所缘，所以是善果报心。推度心灭去后生起属于无因唯作的确定心，确定心灭去后生起七个速行心，速行心是造业的心，而不是体验业报的心。速行心灭去之后生起两个彼所缘，彼所缘也是果报心。因为体验极可爱所缘，所以是善果报心。彼所缘灭去后心流落入有分。

有人可能会问：假如说凡是感受到不好的都是果报，那么，因为天气炎热而感觉身体不适、因为吃不洁食物而拉肚子，难道这些都是业的果报吗？如果说果报心只能体验由过去业的成熟所带来的果报，是无法改变的，那我开空调、不乱吃东西不就可以避免了吗？

对于这个问题，龙军尊者在《弥林达问》中解释说：有八种原因可以使身体产生苦受，以这些原因使人们感受到苦受：因为风而生起、因为胆汁而生起、因为痰而生起、因为三者和合而生起、因为时节（气候）而生起、因为不适的照顾而生起、因为突袭而生起、因为业的果报而生起。其中，又可因为冷、热、饥、渴、吃过量、站立、疲劳、疾走、攻击、业果等十种原因造成风界的动摇，从而导致苦受的生起；可因为冷、热、不当的食物三种原因造成胆汁的动摇；可因为冷、热、饮食三种原因造成痰的动摇，

从而导致苦受的生起。

不过，所有由这些原因引起的身体的苦受，都是因为有身体的缘故。有了身净色，才会有身的苦受，梵天人就不会有这些身受。身受必须有依处，其依处即是身净色。由于色身是过去业的果报，没有果报身，没有作为业生色的身净色，所有这些风、胆汁、痰、时节、突袭等也将成为无效。例如我们可以说因为有了种子才有树，也可以说有了水份、温度、阳光等才有树，但是，假如离开了大地而谈树，一切都无从谈起。所以，从直接因或间接因来说，果报心是体验过去业所带来的果报之心，其所缘的性质又与过去业有关。

图表24：所缘与果报心的关系

<table>
<tr><th>业</th><th>所缘</th><th>果报心</th></tr>
<tr><td>不善业成熟</td><td>不可爱所缘</td><td>不善果报心</td></tr>
<tr><td rowspan="2">善业成熟</td><td>可爱所缘</td><td rowspan="2">善果报心</td></tr>
<tr><td>极可爱所缘</td></tr>
</table>

我们的心就是这样体验好的或不好的对象。在心路中，果报心起体验果报的作用，而负责造业的是速行心。

八、作意与速行的关系

我们每天所处的环境、所接触的人、事、物都与果报有关。体验这些所缘时，是通过果报心体验的，这些果报心主要生起于五门心路，而意门心路主要负责造业。在意门心路中，只有偶尔生起的彼所缘属于果报心，而且彼所缘体验果报的强度很微弱。因此，体验果报基本是由眼、耳、鼻、舌、身这五门来体验，而意门绝大部分是负责造业的。如何造业呢？果报与速行心是否有必然的联系呢？

五门心路中的确定心属于无因唯作心，它有十二个名法——一个心，加上触、受、想、思、一境性、命根、作意，寻、伺、精进、胜解这十一个心所。其中有一个心所为“作意”(manasikāra)。

若确定心的作意心所是不如理作意（即认为所看到的对象是恒常的、快乐的、我的、净的，起颠倒想），紧接着生起的速行必定是不善心。

我们还是以五门心路来说明作意与速行的关系。

当颜色所缘撞击眼净色和有分后，依次生起：五门转向→眼识→领受→推度→确定→速行。若其中的确定心是不如理作意，紧接着生起的七个速行必定是不善心，这七个速行就是造不善业的心；当速行灭去之后，可能会生起两个彼所缘。

速行心造的是善业还是不善业，与体验到的所缘并没

有必然的联系。换言之，我们生起善心或不善心，有时和外境有关，但许多时候也和外境没有关系。

应当注意的是，果报心由所缘的性质决定，但是速行心却能依照体验者的性格、信仰、观念、内心倾向等而改变。即使对象是极可爱所缘，有些人也会没有感觉，甚至产生厌恶，其速行心有可能是舍俱善心，甚至是不善心。比如一个不信佛的人看到佛陀、佛塔时，他可能没什么感觉。对于一些极端的穆斯林，他们甚至想要毁坏，就如2001年阿富汗塔利班政权炸毁巴米扬大佛一样。由于不如理作意，即使面对极可爱所缘也可能生起嗔心。

再举“看到美女”的例子来说明作意与速行的关系。这里的美女是以中等有情的标准来判断的，也就是世间人普遍认定的美女。长得美丽，这是善果报。因为是善果报，所以这个美女属于极可爱所缘。大多数男人看见这个美女，会生起不善心——悦俱邪见相应贪根心。但其他女人看到这个美女，生起的很可能是嫉妒心。假如一位禅修者看到她，可以因作意不净而生起智相应善心。假如一只老虎或狮子看到她，也会生起贪心——美味佳肴。但一只野鹿或野兔看到她，会转头就跑——生起的是恐惧心。

所以，虽然面对相同的对象，不同的体验者也会生起不同的速行心，既可以是贪嗔痴的不善心，也可以是善心。

我们现在知道，遇到什么样的所缘，是由果报心来体验的。例如生活在发达国家、出生于富贵家庭、拥有豪华

宽敞的别墅等，这些极可爱或可爱所缘是由果报心来体验。

我们既可以对一个本来是可爱的所缘生起善心，也可以生起不善心。生起什么样的心，关键在于作意。若如理作意，面对可爱或不可爱所缘，都可以生起善心；若不如理作意，无论面对什么所缘，都会生起不善心。

为什么面对不可爱所缘也有可能生起欢喜心呢？举些例子来说明：对于一个满身长疮的人来说，长疮本来是苦受，属于不可爱所缘，但是他在抓痒时却感到很舒服，生起欢喜心。一些有受虐倾向的人，当他们遭受别人虐待、折磨时，反而会感到高兴、满足。

由于不如理作意，即使体验到不可爱所缘，仍然会产生贪著。为什么有些人会喜欢肮脏、下流的东西？还不是由于不如理作意。因此，对象的好坏与我们体验到的好坏不一定完全划上等号。如果我们善于调伏、控制心的话，体验不好的所缘也能生起善心。

不善心是如何生起的呢？有哪些不善心会在速行中生起？

我们以意门心路为例：当所缘呈现于有分后，生起一个意门转向心，使心流拉向所缘。意门转向心灭去之后生起速行心。如果意门转向里的作意心所是不如理作意的话，紧接着生起的七个速行必定是不善心。

根据阿毗达摩，由于不如理作意，十二种不善心会生起。包括：

八种贪根心——悦俱邪见相应无行心、悦俱邪见相应有行心、悦俱邪见不相应无行心、悦俱邪见不相应有行心、舍俱邪见相应无行心、舍俱邪见相应有行心、舍俱邪见不相应无行心、舍俱邪见不相应有行心。

两种嗔根心——忧俱嗔恚相应无行心、忧俱嗔恚相应有行心。

两种痴根心——舍俱掉举相应心、舍俱疑相应心。

这十二种不善心都会因为不如理作意而生起。

当看到漂亮的、听到悦耳的、尝到美味的、拥有很多财富等，这些都是善果报，但却容易引生贪根心。当工作压力大、遭上司批评、受人诬陷，或遇到仇家时，容易引生嗔根心。胡思乱想、怀疑不信时，生起的是痴根心。这些心大家是经常生起，还是偶尔生起？还是从来不曾生起的呢？它们都是由于不如理作意而生起的。

如此，遭遇好时生贪，遭遇不好时生嗔，这是普通人自然的心理反应。

我们再来看看由于如理作意而生起的速行心。

若作意心所是如理作意，紧接着生起的速行必定是善心。

先来看五门心路：当所缘撞击净色和有分后，依次生

起五门转向→根识→领受心→推度心→确定心。确定心有十二个名法，其中的一个心所称为“作意”(manasikāra)。对于凡夫和有学圣者而言，若作意心所是如理作意(yoniso manasikāra)，紧接着的速行必定是善心，而对阿拉汉圣者则是唯作心。

再来看意门心路：有分流灭去后，生起一个意门转向心；若意门转向的作意心所是如理作意，紧接着的速行必定是善心；随后又落入有分流。这是对凡夫和有学圣者而言。

五门心路中的确定心，和意门心路中的意门转向心，这两种心其实是同一类心，只是它们在不同的心路中执行不同的作用而已。在五门心路中执行“确定”的作用，而在意门心路中执行“意门转向”的作用。这两种心有一个共同的特点：它们都是在速行生起之前的心。对于速行心来说，这个心非常重要，它直接影响接下来七个速行本质的好与坏。

犹如一辆巴士，无论乘客再多，司机只需一名就足够了，他可以把所有的乘客运送到目的地。意门转向里的作意心所就犹如掌握方向盘的司机一样。

由于如理作意，以下速行心可以生起：

1. 悦俱智相应无行心，
2. 悦俱智相应有行心；

3. 悦俱智不相应无行心，

4. 悦俱智不相应有行心。

5. 舍俱智相应无行心，

6. 舍俱智相应有行心；

7. 舍俱智不相应无行心，

8. 舍俱智不相应有行心。

对于凡夫和有学圣者来说，这八种心称为“欲界大善心”。对于阿拉汉圣者来说，它们则是“大唯作心”。

心依其本性可以分为四大类：不善心、善心、果报心和唯作心。这四类心都可以生起于心路中。对于凡夫和有学圣者来说，它们是这样运作的：

在五门心路中，五门转向心属于唯作心；根识、领受、推度属于果报心；确定心属于唯作心；速行心属于善心或不善心；彼所缘也是果报心。意门心路则更加简单，意门转向心属于唯作心；七个速行心属于善心或不善心。

对于阿拉汉圣者而言，差别只在于速行是唯作心。

有五十四欲界心，其中：

十二不善心只发生于速行。

十八无因心中的八善果报心和七不善果报心，除了三个推度心可能生起为意门心路的彼所缘之外，所有的无因果报心都生起于五门心路中，它们分别是：眼识、耳识、

鼻识、舌识、身识、领受心各一对，以及三个推度心。三个无因唯作心中，除了阿拉汉生笑心只生起为速行以外，其他两个是五门转向心和意门转向心。意门转向心在五门心路中起确定的作用，而在意门心路中则起意门转向的作用。

二十四美心包括八大善心、八大有因果报心及八大唯作心。八大善心和八大唯作心只发生于速行，而八大果报心可生起为结生、有分和死心，在心路中则可生起为彼所缘。

简而言之，在五十四欲界心当中：十二不善心只发生于速行。十八无因心中的八善果报心和七不善果报心，基本上发生在五门心路，偶尔发生于意门心路中的彼所缘；对于两个无因唯作心（除阿拉汉生笑心），五门转向心只发生在五门，意门转向心在五门心路中执行确定的作用，在意门心路中则执行意门转向的作用。二十四欲界美心中，除了八大果报心可生起为离心路心和彼所缘，其余十六种都是速行心。

五十四欲界心在心路中是这样生起的。

第十七讲、安止速行心路

一、广大速行心路

我们已经学习了欲界意门心路。意门心路包括：微小速行心路和安止速行心路。微小速行心路又分为：随起意门心路和独立意门心路。安止速行心路也可分为两类：广大速行心路和出世间速行心路。现在开始来学习。

第一、安止速行

无论是世间的广大速行，还是出世间速行，都称为"安止速行"。安止，巴利语 appanā，原意为受到高度提升的"寻心所"，它能够把相应名法（心）深深地投入到目标，而使心安止、安住在所缘中。例如把心投入禅相中，心完全地安住于禅相当中，称为"安止"。

虽然初禅以上的禅那并没有寻心所，但由于入禅之心已很专注目标，所以"安止"一词包括一切色界、无色界禅那，以及出世间定。

虽然广大速行和出世间速行都是意门心路，但是所缘并没有清晰与不清晰之分。因为只有所缘清晰，才能进入禅那与证悟涅槃。修定时，所缘不清晰、禅相不稳定是无

法入定的。因此，想要入定，对象一定要清晰。当我们培育定力的时候，唯有禅相明亮、晃耀、稳固的时候，心才可以投入禅相，通过专注稳固的禅相才可能证得禅那。同样地，在出世间心中，称为慧根的无痴心所是特强的，其作用即是清晰地觉知涅槃。

禅修者在修习止业处时，通过专注特定的所缘，其心变得专一、投入、稳定、宁静、不动，远离随烦恼，他将可以证得禅那。证得禅那的心路即称为广大速行心路。

广大速行心路可分为两种：1. 初次证得，即禅修者一生当中第一次体验禅那；2. 再次证得，即初次证得禅那之后，通过数数修习而心再次进入禅那。这两种心路稍有不同。

第二、禅修善巧

培育定力、证得禅那，必须明白各种善巧：业处善巧、所缘善巧、方法善巧和心态善巧。

一、业处善巧：禅修者必须明白不同的禅修业处有不同的禅相，包括遍作相、取相和似相。入出息念的业处是鼻头一带的禅相，地遍的业处是地的概念，白遍的业处是白色的遍相，光明遍的业处是遍一切处的光明相等等。这些是业处善巧。

二、所缘善巧：明白所修业处专注的所缘，不要找错对象。正如找一个人，不要摸错了家门。所有色界禅那的

对象必定是概念法，不是究竟法，所以不要去看心、注意觉受或寻找感觉，只应专注概念法。比如修入出息念，不应该专注呼吸里的热、冷、粗、轻、柔等四界的特相，也不应该体会专注呼吸时产生的轻安、快乐感受，只应专注呼吸本身就可以。

只是通过专注呼吸本身，久而久之，当定力提升的时候，禅修者将能够体验到光。刚开始出现的光是不稳定的，有时出现、有时不见；有时明亮、有时暗淡；有时在鼻头，有时在脸前；有时在左边、有时在右边；有时在上面、有时在下面；有时会变形。这时还不应去注意光，而只是专注呼吸。随着定力的提升，心念愈来愈集中，将会发现呼吸变成了光，光变成了呼吸，呼吸、光和心结合在一起，这时才称为“禅相”(nimitta)。此时，禅修者应该专注出现在鼻头的禅相。专注禅相时，心愈投入专注，禅相就愈来愈亮，直到禅相变得很亮，犹如太阳或月轮等一般，称为“似相”(paṭibhāga nimitta)。此时，禅修者就让心持续地专注似相、投入似相。

随着专注力的进一步提升，将有可能产生禅那速行。也就是说，禅修者在专注似相的过程中，也许不知不觉已经达到禅那。刚开始时，禅那是很微弱的，经过不断的练习、数数修习、多作，禅那将会愈来愈强、愈来愈稳。

还必须注意的是，有些人喜欢用眼睛看禅相，以为通过“看光”可以证得禅那，这是错误的！须知专注禅相属

于纯意门心路，而不是眼门心路。

三、方法善巧：知道什么时候应该专注呼吸，什么时候应该专注禅相，用什么方法专注，用什么技巧专注。

四、心态善巧：平衡五根和七觉支，懂得什么时候该让心平静，什么时候该让心精进，什么时候该让心稳定。

只要掌握这些善巧，当巴拉密成熟时，可以生起禅那速行，证得禅那。

第三、初次证得禅那的心路

证得禅那之前，心持续专注禅相还是欲界心路，属于微小速行心路，速行心最多生起七次，而且没有彼所缘生起。因为禅相是概念法，注意概念不会有彼所缘生起。

还没有证得禅那之前，专注似相的心属于八大善心中的“悦俱智相应无行心”，即心还属于欲界心的时候，生起的速行心就是这种心。

当最后一个欲界微小速行心路灭去之后，心流落入有分。随后生起一个意门转向心，把心转向于似相；意门转向心灭去后，生起一个遍作心。“遍作”(parikamma)是准备，即准备让心流证入禅那。遍作心灭去后，生起一个近行心(upacāra)，即已走近禅那。近行灭去后，生起一个随顺心(anuloma)，既随顺之前的欲界心，又随顺之后的禅那心。随顺心灭去后，生起一个种姓心(gotrabhū)，改变欲界种姓而步入色界。改变种姓后，心就不会只在欲界中

打转，开始有能力上进到色界。种姓心灭去后，生起一个禅那心。如果是初禅，这个心是初禅禅心。

图表25：初次证得禅那者之速行心路

禅修者	之前	心路	之后
钝根者	有分流-波-断	意-遍-近-随-种-禅	有分流
利根者	有分流-波-断	意-近-随-种-禅	有分流

注：

波 = 有分波动　断 = 有分断　意 = 意门转向　遍 = 遍作
近 = 近行　随 = 随顺　种 = 种姓　禅 = 禅那

请记住：在一期生命中第一次体验禅那的心是速行心，而且只会生起一次。禅修者证得哪一种禅那，生起的就是哪一种禅那速行心。当这个禅那心灭去之后，心流就落入有分。因为在安止速行心路中，彼所缘不会生起。

彼所缘只发生在欲地，色界和无色界梵天人都不会生起彼所缘。一切色界、无色界及出世间心路也不会生起彼所缘。彼所缘只生起于欲界心路，而且所缘必须是究竟法——究竟名法或究竟色法。即使在欲界心路中，若以概念法为目标，彼所缘也不会生起。同时，只有所缘是极大所缘或者清晰所缘时，彼所缘才有可能生起。

所以，禅那心在第一次生起时只有一个心识刹那，因为它没有能力重复。虽然只有这么一个禅那速行心，已经证明他今后有能力入禅了。

当然，在实际禅修中，也许第一次证得禅那并没有特别的感觉，因为心生灭太快了，只有在以后查名法时，可以追查到初次证得禅那是在什么时候。

有了初次禅那体验之后，想要再入禅就不困难了。但是，再次进入禅那的心路是不同的。

第三、再次证得禅那的心路

禅修者第一次体验禅那时，禅那心只生起一次即灭去，心流落入有分。有分心生灭许多次后，生起一个意门转向心，使心转向于似相。随后依次生起遍作→近行→随顺→种姓。种姓心灭去之后，禅那心就可能生起许许多多次。

随着禅修者经常练习把心投入似相，通过不断努力、精进，禅那速行将有机会持续地生起，而且愈来愈频繁、愈来愈持久。

只要禅修者付出足够的精进，将能使禅那速行心连续生起的时间拉长，例如一分钟、两分钟、五分钟、一个小时、两个小时，甚至一天、两天，整日整夜都在定中，而不会落入有分。

因此，佛陀在经典中经常说：想证得禅那，就要数数修习、多作。数数修习(āsevati bhāveti)是重复地、不断地培养、培育；多作(bahulīkaroti)是经常练习。

入定的心是强有力的，禅修者体验禅那就如心完全融

入光中，感觉不到身体，也感觉不到外界，只体验到一片光明。这是证得禅那的心路。

禅那速行心与欲界速行心的不同之处在于：欲界速行心最多只生起七次，而禅那速行心可以生起无数次。

二、禅修的陷阱

在实际教学中，业处老师会教导禅修者在专注禅相时不要经常检查。有些禅修者虽然禅相已经出现了，但是他们喜欢检查：我是不是还能听见外面的声音？我有没有喜？有没有乐？心是不是应该这样投入？如果他经常这样检查，反而会把心从禅相中拉出来，这是不应该的！

初学者在练习入禅时，只应把心投入禅相，即使是有分和禅支都不用急着去查。学了阿毗达摩就应当知道，证得禅那是培育禅那速行心持续不断地生起，越少中断越好。刚开始的时候，由于定力还不够稳，禅修者虽然能专注在禅相上，但是偶尔还会落入有分，这个阶段称为“近行定”。实际上他很可能已经有了禅那体验，不过，刚开始入禅时广大速行心路还很弱，不能维持很长时间，经常会因为禅支不够强或者定力不够稳而落入有分。

禅修者落入有分的体验是怎么样的呢？他会感觉进入一种空无的状态，既没有能认知的心，也没有所认知的对象，能所双泯，一切寂然。或者感觉一切都空掉，既没

有时间概念，也没有空间概念。或者会说前面的心已经灭去，后面的心还没有生起时的空寂状态。

为什么会这样呢？因为有分心是两个心路之间的间隔，它缘取上一世临终时的目标，而不能识知现在的目标。如果禅修者没有一定的教理基础，或者没有明师的指导，很可能把落入有分误认为开悟或者证悟涅槃。

根据不同禅修者落入有分的状况，体验也各不相同：有些人落入浅层有分，有些人落入深层有分。落入浅层有分时偶尔还有一些微弱的意门心路生起。落入深层有分则感觉完全一片空白，当他清醒过来时也许已经过了很久。假如禅修者误以为落入有分就是开悟、是涅槃，并练习进入有分，他可以通过决意让心流不生起，而把落入有分的时间愈拉愈长……甚至可以许多日夜，当他清醒过来时感觉犹如一弹指间。

正因为禅修者容易把落入有分误以为是开悟或者证悟涅槃，所以，我们把落入有分称为“禅修陷阱”。不过，只要具备阿毗达摩知识，以及依止明师的指导，就不用过分担心。缘取涅槃为所缘的出世间心并不是所谓的“能所双泯”，出世间心必定是清醒的，所缘也是清晰的。真正的证悟涅槃与落入有分根本是两回事。

三、广大速行心路的诸心

禅修者通过专注特定的所缘，将能够培育定力而证得禅那。同时，他通过数数修习，可以使禅那速行连续生起无数次，因此禅那心路也称为“广大速行心路”。

以下几种心可以生起于广大速行心路：

对于凡夫及有学圣者而言，生起的广大速行是五种色界善心和四种无色界善心。五色界善心是：寻、伺、喜、乐、一境性俱初禅善心；伺、喜、乐、一境性俱第二禅善心；喜、乐、一境性俱第三禅善心；乐、一境性俱第四禅善心；舍、一境性俱第五禅善心。四无色界善心是：空无边处善心、识无边处善心、无所有处善心、非想非非想处善心。由于这九种心很殊胜、高尚、优越，所以称为“广大善心”。

在广大速行心路中，生起的心路心依次为：意门转向→遍作→近行→随顺→种姓→禅那速行。在这些心中，意门转向是无因唯作心，遍作、近行、随顺和种姓是欲界智相应善心，而禅那速行心是广大善心。

对于阿拉汉圣者而言，生起的广大速行是五种色界唯作心和四种无色界唯作心，这九种称为“广大唯作心”。

当阿拉汉圣者在入世间定时，在其广大速行心路中，生起的心依次为：意门转向→遍作→近行→随顺→种姓→禅那速行。在这些心中，意门转向是无因唯作心，遍作、

近行、随顺和种姓是欲界智相应唯作心，而禅那速行心则是广大唯作心。

无论是广大善心还是广大唯作心，都可以生起无数次。在培育禅那的时候，心路就是依照这种规则发生的。不过，有些利根者不会生起遍作心，在意门转向心之后紧接着就是近行、随顺、种姓，然后是广大心。

四、出世间速行心路

第一、证悟涅槃的次第

禅修者想要证悟涅槃、证悟圣道圣果，必须系统地修行。他应当先培育定力，以定力为基础转修观(vipassanā)，观照一切行法的坏灭。行法(saṅkhāra)包括名法和色法，色法是十八真实色法；名法是心和心所，心所包括五十二心所。

诸行法不会单独生起和存在，它们都是以聚(kalāpa)的方式存在。对于千变万化的物质世界，它们是由二十八种究竟色法以不同的形式组合而成的，犹如机器是由各种零件组成一样。色法的组合是有规律的，若把这些组合分成不可再分的最小单位就是色聚(rūpa kalāpa)。同时，色聚也还是由不同的究竟色法组合而成，有的是八种究竟色法，有的是九种究竟色法，有的是十一种究竟色法等等。只要没有破除组合密集，我们所看到的物体、对象都是聚

合的。

名法也是一样，任何名法都是由一个心加上若干个心所组成的，称为“名聚”(nāma kalāpa)。色聚是由若干色法组合而成的，名聚也是由若干名法组合而成。例如：眼识是由一个心（眼识），加上触、受、想、思、一境性、命根、作意七个心所组合而成的。

所有色法和名法都是行法，即物质现象及精神现象都是因缘造作的。只要是因缘造作的，就会有产生，有产生就会毁灭，称为“生灭”或“生住灭”。因为不断地生灭，所以是“无常”(anicca)；因为一切行法都遭受生灭的逼迫，所以是“苦”(dukkha)；不断生灭的行法根本没有主宰、没有实体、没有本体、没有我，所以是“无我”(anatta)。

正如佛陀说：

“Sabbe saṅkhārā aniccā, sabbe saṅkhārā dukkhā, sabbe dhammā anattā.”

“诸行无常，诸行是苦，诸法无我。”

修观必须依照次第来修习。首先，应通过辨识色法和名法的相(lakkhaṇa)、味(rasa)、现起(paccupaṭṭhāna)、足处(padaṭṭhāna)，来识别诸行法的自相(salakkhaṇa)。见到究竟名色法之后，再追查它们的因，通过连结因果关系来修习缘起(paṭiccasamuppāda)。然后，再观照诸行法的共相(sāmaññalakkhaṇa)——无常、苦、无我。

必须观照内在的名色法，也必须观照外在的名色法；

必须观照过去的、现在的，也必须观照未来的名色法。就如佛陀在很多经典中教导的：

“诸比库，凡所有色，无论是过去、未来、现在，内、外，粗、细，劣、胜，还是远、近，应当如此以正慧如实观照一切色：‘这不是我的，这不是我，这不是我的我。’。”

对于受、想、行、识也是一样，透彻地观照它们为无常、苦、无我。这是修观的方法。

刚开始修观的时候，先观照名色法的生灭——生起后即坏灭。修到坏灭随观智的阶段，即不再注意其生、住及相，而只观其坏灭相——刹那、刹那坏灭。当禅修者观照诸行的坏灭时，观智将逐渐提升，各种观智将次第生起：怖畏现起智、过患随观智、厌离随观智、欲解脱智、审察随观智和行舍智。

禅修者达到行舍智(saṅkhārupekkhāñāṇa)的阶段，如果他想在未来世证果，例如：他想证悟佛果，或者想成为未来美德亚佛陀(Metteyya)的弟子，或者想在没有佛法的时期成为独觉佛，那么，他只需停留在行舍智的阶段。为什么呢？因为他没有意欲在今生断除烦恼。行舍智是菩萨或不想在今生证果的人所能达到的最高观智。

如果禅修者希望在我们佛陀的教法期间尽早断除烦恼、证悟涅槃，那么，当他达到行舍智时还必须继续精进修行。他不断重复地观照内在、外在的名法、色法，观照过去、现在、未来的名色法，观照它们的无常相、苦相、

无我相，或者用十八大观、七随观法、四十思维法、逐一法观等各种方法透切地观照诸行法。当禅修者的巴拉密成熟，也即是观智成熟时，就能在今生证悟涅槃。

第二、出世间速行心路

出世间速行心路也可以分为两种：1. 初次证悟圣道圣果的“道果速行心路”；2. 圣者取涅槃为所缘而入果定的“果定心路”(phalasamāpattivīthi)。

当禅修者处在行舍智阶段时，其意门心路还是一个意门转向加上七个速行，这七个速行属于行舍智。

初次证悟涅槃的道果速行心路是这样发生的：

有分流断后，生起一个意门转向心，使心流转向于诸行法的坏灭，或转向于无常相、苦相，或无我相。意门转向心灭去后，生起一个遍作心(parikamma)，让心准备证悟涅槃。遍作心灭去后，生起一个近行心(upacāra)，即心流已经走近涅槃。近行心灭去后，生起一个随顺心(anuloma)，随顺之前的世间观智，又随顺即将生起的道智和果智。随顺心灭去后，生起一个种姓心(gotrabhū)，或称“更改种姓心”。如果该禅修者之前尚未证得任何果位，此时的更改种姓是“更改之前的凡夫种姓”，即从这一心识刹那开始，他成了圣者种姓，所以称为种姓心或种姓智。种姓智是第一个缘取涅槃为目标的心，也正因如此，它还没有断除烦恼的力量。

种姓心灭去后，随即生起一个道心，道心能起断除烦恼的作用。道心灭去后，生起两个果心，这两个果心与所证得之道相符。例如生起的道心是入流道心(sotāpatti-magga)，接着的两个果心是入流果心(sotāpanna-phala)。果心灭去后，彼所缘不会生起而直接落入有分。这是钝根禅修者初次证悟圣道圣果的心路。

对于利根禅修者，过程基本相似，只是少了一个心识刹那——遍作。他们证悟道果的心路心依次为：意门转向→近行心→随顺心→种姓心→道心→三个果心。

在道果速行心路中，无论是钝根者还是利根者，速行心都是七个，即在意门转向心之后，钝根者为：遍作→近行→随顺→种姓→道心→2 果心；利根者为：近行→随顺心→种姓→道心→3 果心。这是初次证悟涅槃的心路。

图表 26：道果速行心路

禅修者	之前	心路	之后
钝根者	有分流-波-断	意-遍-近-随-种-道-果x2	有分流
利根者	有分流-波-断	意-近-随-种-道-果 x3	有分流

有四种道心：入流道心、一来道心、不来道心和阿拉汉道心。这四种道心在一个蕴相续中各别只生起一次。例如，某禅修者今生证悟了初道，其入流道心即于其证悟时生起一次，从此以后，入流道心不会再生起第二次，包括在今生和未来许多世。

四种道心只会生起一次，且只维持一个心识刹那。即使只有一刹那，也足以断除相应的烦恼。道心的作用是断烦恼，烦恼一断永断。既然相应的烦恼不会再生起，那么，相同的道心也就不需要再生起第二次。所以，任何道心只生起一次。换言之，若禅修者真正证得圣道圣果，他就不会再退失。因为相应的烦恼已被连根砍断，无论是初道（入流道），还是第二道（一来道）、第三道（不来道）、第四道（阿拉汉道），每种道心都只生起一次。

道心又称为“道智”(maggañāṇa)，属于出世间善心(lokuttara-kusalacitta)。道心灭去后，即生起两或三个圣果心，圣果心属于出世间果报心(lokuttara-vipākacitta)。

禅修者有了涅槃体验之后，他可以像进入世间禅那一样，持续地、多次地进入果定。当圣者想再次取涅槃为目标入果定时，其心路又是如何发生的呢？

圣者入果定之前，可先从生灭随观智或坏灭随观智开始，取诸行法为修观的所缘，之后，他决意取寂静界——涅槃为目标而进入果定。此时的心路心依次是：意门转向→遍作→近行→随顺→种姓→果心。请注意：种姓心灭去后，生起的不再是道心，而是圣果心。

这是“果定心路”。随着他经常练习，就如证入禅那一样，他可以入果定很长时间。

第三、道心与果心的区别

圣者入果定时，果心可生起无数次。果心不能断烦恼，它只是体验断烦恼之后的解脱。道心与果心的相同处在于都是出世间心，都缘取涅槃为目标，名法及其数目都一样，但是两者所执行的作用各不相同。

道心执行四种作用：

１、了知苦、了知五蕴。

２、断除或减弱相应的烦恼。初道、第三道和第四道断除相应的烦恼；第二道不能断烦恼，只能减弱烦恼。

３、取涅槃为目标，证悟涅槃。

４、开展八支圣道。八支圣道是：正见、正思维、正语、正业、正命、正精进、正念、正定。有两个层面的“八支圣道”：世间八圣道和出世间八圣道。世间八圣道是指培育世间层面的戒、定、慧；出世间八圣道是道心。世间心都不可能同时具足八支圣道，唯有圣道心才同时具足，所以真正意义的八圣道是指圣道心。

因此，道心执行的作用是：知苦、断集、证灭、修道，即如实知见四圣谛。苦是五取蕴、名色法，佛陀说过：“Saṃkhittena pañcupādānakkhandhā dukkhā.”（简而言之，五取蕴就是苦）。能够透彻了知五取蕴是道心；能够断除烦恼是道心；证悟涅槃的是道心；完全开展八支圣道也是道心。此乃道心的四种作用。

圣果心只是体验涅槃，体验出世间善心断除烦恼后所

带来的果报，是果报心。一般所说的某果圣者，指的是某种道心生起之后的蕴相续，例如初道心生起后即称为初果圣者。其他诸圣者也是同样。

第四、僧宝

在随念僧宝时，我们会念诵以下经文：

“Supaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho, ujupaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho, ñāyapaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho, sāmīcipaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho; yadidaṃ: cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā, esa bhagavato sāvakasaṅgho; āhuneyyo, pāhuneyyo, dakkhiṇeyyo, añjalikaraṇīyo, anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassā’ti.”

“世尊的弟子僧团是善行道者，世尊的弟子僧团是正直行道者，世尊的弟子僧团是如理行道者，世尊的弟子僧团是正当行道者。也即是四双八士，此乃世尊的弟子僧团，应受供养，应受供奉，应受布施，应受合掌，是世间无上的福田。”

supaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho,

su（善）+ paṭipanno（已行道者）= supaṭipanno（已善行道者）；bhagavato - 世尊的；sāvaka - 弟子，又作声闻；恭敬听闻佛陀的教导、教诫者为弟子。saṅgho - 僧团；以戒、见的统一而达成和合状态的弟子团体为僧团。即：世尊的弟子僧团是善行道者。

ujupaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho,

uju - 正直的；ujupaṭipanno - 正直行道者。世尊的弟子僧团是正直行道者。

ñāyapaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho,

ñāya - 如理的；ñāyapaṭipanno - 如理行道者。世尊的弟子僧团是如理行道者。

sāmīcipaṭipanno bhagavato sāvakasaṅgho;

sāmīci - 正当的；sāmīcipaṭipanno - 正当行道者。世尊的弟子僧团是正当行道者。

yadidaṃ: cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā,

cattāri - 四种；aṭṭha - 八种；purisapuggalā - 人。四双的八种人，称为“四双八士”，即四种圣道和四种圣果。

esa bhagavato sāvakasaṅgho;

这才是世尊的弟子僧团。

āhuneyyo, pāhuneyyo, dakkhiṇeyyo, añjalikaraṇīyo,

是应受供养、应受供奉、应受布施、应受合掌礼敬者。

anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassā’ti.

anuttaraṃ - 无上的；puñña - 功德，福德；khettaṃ - 田地；lokassa -世间的。是世间无上的福田。

从胜义谛上来说，世尊的真正弟子僧团是指圣者僧团，即已经有出世间道心及果心体验的圣者僧，他们也称为“胜义僧”(paramattha-saṅgha)或“应施僧”(dakkhiṇeyya-saṅgha)。

但从世俗谛来说，僧宝也包括“认定僧”(sammuti-saṅgha)或“世俗僧”，即通过如法、应理的僧甘马达上(upasampadā)的比库、比库尼。

第五、三类圣者

是否有圣道、圣果体验是判断凡夫与圣者的标准。只要有道心和果心的体验，就称为圣者(ariyapuggala)。有三类圣者：

1、正自觉者(sammāsambuddha)，即佛陀。诸义注中说：**“正确地、自己觉悟了一切诸法，故为正自觉者。”**(Sammā sāmañca sabbadhammānaṃ buddhattā pana **sammāsambuddho**’ti.)意即无需他人教导而自己正确地觉悟了一切法的人，称为“正自觉者”；又以自己觉悟诸圣谛，也教导他人觉悟故，称为“佛陀”(Buddha)。

2、独觉者(paccekabuddha)。pacceka = paṭi + eka - 独自的；buddha - 觉悟者。独自觉悟四圣谛者称为“独觉者”。

3、弟子(sāvaka)，又作声闻。《清净之道》中说：**“恭敬听闻世尊的教诫、教导者为弟子。”**(Bhagavato ovādānusāsaniṃ sakkaccaṃ suṇantī’ti sāvakā.)

这三类有情都有出世间道心和果心的体验，但他们证道的方式有所不同：

一、正自觉者必须经过至少四个不可数及十万大劫的

漫长时间,毫不退缩地积累种种巴拉密——十巴拉密或三十巴拉密。在其巴拉密成熟时，无需任何导师的指导而独自觉悟四圣谛，称为“佛陀”。

“佛陀”有两种定义：

1. 以解脱究竟智觉悟了一切应了知者，称为佛陀。

2. 自己无需老师的指导而觉悟四圣谛,也能教导其他有情觉悟者，称为佛陀。

每一位佛陀证悟正自觉后,都会先思维法、思维缘起,他们都感叹缘起甚深，由于法太深奥以致不想说法。经过大梵天三次请求，于是佛陀观察世间，发现还有少数人眼中只有少许尘垢，佛陀才答应说法。又由于所有菩萨在证悟正自觉菩提的同时,都具备了一切知智(sabbaññuta-ñāṇa)和大悲智(mahākaruṇā-ñāṇa)，所以，佛陀能用各种善巧的语言表达深奥难懂的法。

二、独觉佛虽然无需导师的教导，也能透过自己的智慧通达四圣谛，但是他们没有能力把法表达出来，不能教导他人，也没有组织僧团。因为“法”极其深奥，能精确、详尽地分析、表达、宣说出来并不属于一般人的智慧范畴,而是佛陀的范畴。

三、每一位佛陀必定会教导有缘的众生，所教导的内容称为“法”(Dhamma)。众多善男子、善女人追随佛陀，听闻佛法后，依照佛陀的教导禅修并证果，这些在佛陀的教法期间证悟四圣谛、证悟出世间圣道圣果者,都称为“弟

子”(sāvaka)。由圣弟子所组成的团体即是“僧”(Saṅgha)。

弟子必须通过听闻佛陀的教法才能证悟四圣谛，这种智慧并不是自己通达的，而是透过听闻佛陀所善说之法，经过禅修才通达的。这一类圣者称为“弟子”。

如此，所有佛陀出世，都必定会说法，组建由弟子组成的僧团，于是构成了佛教的三大部分：佛陀、教法和僧团，即佛、法、僧三宝。

佛陀、独觉者与弟子都有出世间体验，都证悟了四圣谛，都体验过四种圣道和四种圣果，都是出世间圣者。

五、安止速行之前的欲界心

前面重点讲了安止速行心路，分析了广大速行心路中的禅那心，以及出世间速行心路中道心和果心。

能生起于速行的果报心只有圣果心。或者说，只有出世间果报心才能执行速行的作用，其他果报心都不会生起于速行。

接着讲安止速行之前的欲界心。安止速行包括广大速行和出世间速行。无论是证入禅那安止，还是证入出世间定，都是经由欲界心直接进入的。虽然在证得第二禅之前要先进入初禅，从初禅出定后再证入第二禅，但是在初禅与第二禅之间，还需经过“近行定”的阶段，近行定仍然属于欲界心。它们是如何运作的呢？

对于凡夫及有学圣者而言，广大速行心路是这样发生的：意门转向→遍作→近行→随顺→种姓→禅那速行（无数次）。

从初禅到第四禅（即经教法的第三禅）的心路中，意门转向是无因唯作心。遍作、近行、随顺、种姓是悦俱智相应善心，属于欲界善心。禅那速行心则是初禅、第二禅、第三禅或第四禅善心之一，属于色界善心。

对于第五禅心路，意门转向是无因唯作心，遍作、近行、随顺、种姓都是欲界舍俱智相应善心，禅那速行心则是色界第五禅善心或四种无色界善心。因为四无色定的禅支与第五禅相同，都是“舍、一境性”，所以此处的第五禅也包括四种无色定。

换言之，在证入第五禅（经教法的第四禅）之前，先依初禅、第二禅、第三禅、第四禅的次第进入。然而，在进入各种禅那之前，都要经过“近行定”的阶段。近行定为欲界定，其心还是欲界心，而不是色界心。

因此，无论是证入色界定还是无色定，都要先经过欲界近行定的阶段。

对于出世间速行心路也同理，只是把广大心换成相应的出世间心而已。

对于阿拉汉圣者而言，广大速行心路也是这样发生的：意门转向→遍作→近行→随顺→种姓→禅那速行（无

数次）。

在进入初禅、第二禅、第三禅、第四禅（经教法的第三禅）之前，生起的遍作、近行、随顺、种姓都是悦俱智相应唯作心；在进入第五禅和四无色定之前，生起的是舍俱智相应唯作心，它们都属于欲界心。至于禅那心，则是唯作心。在此与凡夫和有学圣者的区别只在于唯作心，因为阿拉汉圣者不会生起善心，而是唯作心。

对于出世间速行心路也同理，只是把广大心换成相应的出世间心而已。

这些是发生在安止速行之前的欲界心，由于这些心已走近禅那或圣道圣果，故也可称为“近行定”。

六、欲界结生心

学习了八十九心、五十二心所、两种心路——五门心路及意门心路，到此为止，心、心所和心路就基本讲完了。

接着我们来分析一下，对于各类有情，哪些心会生起，哪些心不会生起？有情众生可分为三大类：

1、恶趣众生：包括地狱众生、畜生、鬼和堕苦处阿苏罗。

2、善趣众生：包括人、欲界天人和梵天人。

3、圣者：包括入流圣者、一来圣者、不来圣者和阿拉汉圣者。

所有众生的结生心一共有十九种，其中欲界有十种，色界五种，无色界四种。这些结生心又可分为三类：无因结生、二因结生和三因结生。其中，欲界众生三类结生都有，色界、无色界众生和圣者的结生心都是三因结生。我们先来讨论欲界众生和结生心的关系。

第一、无因结生心

所有结生心(paṭisandhicitta)都属于果报心。在十八无因心中，有七种不善果报心、八种善果报心和三种无因唯作心，因此，无因果报心共有十五种。

这些无因果报心当中，有两种可以作为结生心：舍俱不善果报推度心和舍俱善果报推度心。根据业果法则，善业成熟能带来善果报，不善业成熟能带来不善果报。如果一个众生造作的不善业在其临终时成熟，那么他下一生必定堕落到恶趣。恶趣是不善果报，能造成他投生恶趣的心——结生心即是舍俱不善果报推度心。一切恶趣众生的结生心都是舍俱不善果报推度心。换言之，只要舍俱不善推度心作为有情的结生心，他必定投生于恶趣地。

共有六种因：贪、嗔、痴三不善因，以及无贪、无嗔、无痴三美因。只要一种心中拥有贪、嗔、痴中的任何一种心所，就称为“不善心”；如果拥有无贪、无嗔、无痴中的任何一种心所，就称为“美心”。如果一种心中并没有这六种心所，即称为“无因心”。舍俱推度心只有十一个

名法：一个心，加上触、受、想、思、一境性、命根、作意、寻、伺、胜解。由于推度心中既没有贪、嗔、痴三不善心所，也没有无贪、无嗔、无痴三美心所，所以是无因心。以推度心作为结生心，当然就是无因结生了。

即使造作不善业的形式千变万化，但能够带来结生果报的也只有这种不善果报推度心。不善心本身并不能成为结生心，因为不善心必定发生在速行里。世间速行心不是善就是不善，但结生心是果报心，果报心不可能生起为世间速行心。所以，只生起为速行的不善心不会成为结生心。

恶趣结生是不善果报，善趣结生则是善果报。有一些有情因为微弱的善业使他们投生到人界或天界，由于善业力弱，其结生心只能是舍俱善果报推度心。这种推度心是善果报，所以能带来善趣结生；但因它是无因心，所以，以它为结生心的有情即是善趣的无因结生者。

哪些是微弱的善业呢？例如无心造作的善业、怀着不良动机行善、行善之后又后悔、帮助人之后又埋怨等等。如果这些微弱的善业在其临终时成熟，能使他投生为无因结生者。

无因结生的人或天人通常诸根不全，生理有缺陷。例如先天性瞎眼、耳聋、哑巴或者缺胳膊少腿，在智力方面有可能是先天弱智或精神疾患等。一些低等的天人也有这样的可能。

能投生为人属于善趣结生，但由于使他投生为人的善业果报很低劣，所以即使有幸投生到人间，也是先天性的诸根不全或身心缺陷。这里所说的“先天性”是指在投生那一刹那已经是这样的。至于后天性的身心缺陷，则是其他不善业成熟所带来的结果。

舍俱不善果报推度心和舍俱善果报推度心作为结生心都称为无因结生。

第二、三因与二因结生心

还有另外两种结生心：三因结生心和二因结生心。

在果报心当中，欲界有八大果报心，其中的悦俱智相应无行心、悦俱智相应有行心、舍俱智相应无行心和舍俱智相应有行心都是“智相应心”，在这四种心里都同时拥有无贪、无嗔和无痴三种美心所，所以是三因果报心。这四种欲界善果报心也能成为结生心，能带来欲界善趣的结生，即投生到欲界成为人或天人。只要一个人或天人的结生心是这四种心之一，就是三因结生者。

另外四种欲界有因果报心是：悦俱智不相应无行心、悦俱智不相应有行心、舍俱智不相应无行心、舍俱智不相应有行心。“智不相应”是指在这些心中缺少无痴心所，只有无贪和无嗔两种美因。以这些果报心作为结生心称为“二因结生”。

前面（第十一讲　第三节、八大欲界善心）我们讲过

应当如何培养三因善业，即在造善业时要生起智慧，因为生起智慧所造之业即是三因善业。如果造的是殊胜的三因善业，将能带来三因结生；如果造的是低劣的三因善业或没有智慧的善业，带来的则是二因结生。

七、依有情分别诸心

第一、恶趣众生

恶趣众生包括地狱众生、畜生、鬼及堕苦处的阿苏罗。一切恶趣众生都是无因结生，即一切恶趣有情的结生心、有分心和死心都是“舍俱不善果报推度心”。恶趣众生不能生起哪些心呢？

恶趣众生无法体验广大心，所以他们不能证得禅那。在有些民间传说中，狐狸精也可以入定，甚至可以变成人。畜生到底能不能证得禅那呢？这里讲一个记载于《律藏·大品》中的故事：

佛陀在世时，有一条龙(nāga)对自己投生为龙身感到苦恼、羞愧和厌恶，希望能早日重新投生为人。它想：“我要怎样才能摆脱龙身、早日重获人身呢？那些沙门释迦子是法行者、正行者、梵行者、真实语者、持戒者、善法者，假如我能在沙门释迦子中出家、修行，我将能摆脱龙身，早日重获人身。”于是，这条龙变化成一个青年，来到比库僧之处请求出家。那些比库让他出家并达上成为比库。

龙能够变化并非因为拥有神通，而是与生俱来的能力。天人的某些能力也不能叫神通，而是他们与生俱来就有的。例如他们能飞行空中、变化自在，知道自己的过去世等，这些都是他们的“报得通”或“果报通”。还有一类大力鬼和一类大福报的畜生也能变化，例如龙。即使是低等的畜生，它们与生俱来也拥有某些能力，例如鸟能在天上飞，鱼能在水里游。人类也有人类所特有的能力，但是若想获得如其他趣的众生般的能力，则必须经过特殊的训练，例如成就神通之后才能飞行变化等。

那时，这条龙与另外一位比库一起住在一间偏僻的孤邸里。有一天凌晨天还没亮，和它同住的比库起床到户外经行。那条龙认为同住的比库已经离开，放心地躺在床上睡着了，结果它现出了原形。它是一条很大的龙，身体充满了整间屋子，并蜷曲着伸出窗外，就像一条巨大的蛇盘着。同住的比库想回房时，透过窗户见到屋内的景象，吓得大叫一声，其他比库听到叫声也跑过来问明其因。他们的谈话声把龙吵醒了，龙立刻变回人形并坐在自己的座位上。那些比库查问道：“你到底是谁？”“尊者们，我是龙。”“你为什么要这么做？”于是龙把缘由告诉了他们。

他们把龙带到佛陀之处，并把事情告诉佛陀，佛陀对龙说：“你在这正法、律中是不能增长的。龙啊，你走吧！若你能在每半个月的十四日、十五日和八日持守八戒，这样你将能摆脱龙身，早日重获人身。”

那条龙听到佛陀说它在这正法、律中不能增长，感到痛苦、悲伤，流着泪，哭泣着离开。

于是，佛陀对比库们说：**“诸比库！有两种情况龙会现出原形：和同类交配时，以及放心地睡着时。诸比库，畜生未达上者不得达上；已达上者应当驱摈。”**(Mv.111)

从此以后，凡是有人来请求达上想成为比库，都要先询问：“你是人吗？”你不能够回答：“废话！我怎么不是人。”因为佛陀在世时确实发生过畜生来请求出家的事情。

恶趣众生除了不能生起广大心，也不能生起出世间心，即它们在那一生中不可能证得圣道圣果，这就是佛陀把一切畜生排除在僧团之外的原因。虽然天人可以证得圣道圣果，但是天人也不被允许达上成为比库或比库尼，只有人类才可以出家和达上。所以，一切佛陀都出现在人间，一切僧团也都出现在人间，而不会出现在天上。

因此，恶趣众生不能生起 52 种心：大果报心 8、大唯作心 8、生笑心 1、广大心 27、出世间心 8。

恶趣众生连八大果报心都不能生起，因为它们的果报很低劣。

恶趣众生在其生命期间，能够体验到十二不善心，并且经常生起这些心。因为它们要获得食物，就要去捕杀其他弱小的动物。作为恶趣众生，譬如畜生，它们的生命只有两个目的：1. 如何捕杀其他动物，以获得食物；2. 如何

保护自己，使其不被天敌捕杀。捕杀其他动物是嗔恨心，害怕被天敌捕杀也是嗔恨心。人一旦堕落恶趣，想再投生为人是极困难的。它们虽然偶尔可能生起一些微弱的善心，但是要造作导致再投生为人的善业却相当渺茫。因此佛陀说：**“诸比库，在那里没有法行、寂静行、善行、福行。诸比库，那里只存在彼此噉吃、弱肉强食而已。”**(M.129)

恶趣众生虽然也可能生起八大善心，但是却很少有机会造善业，特别强力的善业。它们之所以能够有幸投生为人，通常是由于它们在过去很多世之前曾经为人时造过的善业。当它们的苦报即将受完时，由于过去的善业成熟，使它们投生为人。虽然如此，从畜生投生来的人，福报也不会太好。

恶趣众生还可以生起十五无因果报心：七无因不善果报心（眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、领受心和推度心）和八无因善果报心（眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、领受心和两个推度心），以及两个转向心：意门转向心和五门转向心。

所以，恶趣众生只能生起 37 种心：不善心 12、大善心 8、无因果报心 15、转向心 2。

第二、善趣无因和二因者

对于善趣无因和二因结生者，他们不会生起 48 种心：

广大心 27、出世间心 8、大唯作心 8、智相应果报心 4 和生笑心 1。

因为善趣无因和二因结生者的果报心里没有无痴心所，所以他们既不能生起广大心，也不能证得圣道圣果。八大唯作心和生笑心只有阿拉汉圣者才能生起。他们也不会生起智相应果报心，但是智不相应果报心还是可以生起的。

所以，善趣无因和二因结生者在其生命期间可以生起 41 种心：不善心 12、大善心 8、智不相应果报心 4、无因果报心 15、转向心 2。

第三、善趣三因者

一、三因凡夫

三因结生的凡夫不会生起“唯作速行”，即八大唯作心、色界唯作心和无色界唯作心。但是两种无因唯作可以生起：五门转向心和意门转向心。当然，凡夫不可能体验只属于圣者的出世间心。

三因凡夫可以在生命期间最多可以体验到 54 种心：不善心 12、大善心 8、大果报心 8、无因果报心 15、转向心 2 及禅那心 9。

九种禅那心是五色界善心和四无色界善心。如果他们没有禅那的话，这些心也不会生起。

二、入流圣者和一来圣者

对于初果入流圣者和二果一来圣者，他们不会生起只属于阿拉汉圣者的唯作速行。四种邪见相应心和疑相应心也不会生起，因为这两种烦恼在初道时已经被断除。

这两种圣者的区别在哪里呢？虽然初果圣者和二果圣者都还有贪、嗔、痴，但二果圣者的贪、嗔、痴已经被减弱。所以，他们都能够体验到 50 种心：不善心 7、善心 17（大善心 8、色界善心 5、无色界善心 4）、欲界果报心 23（大果报心 8、无因果报心 15）、转向心 2、果心 1。

初果圣者体验的果心是入流果心，二果圣者体验的果心是一来果心。初果圣者不能够体验一来果心，二果圣者也不能再体验入流果心，虽然他曾经体验过。

三、不来圣者

三果不来圣者不会生起只属于阿拉汉圣者的唯作速行，邪见相应心也不会生起。

不来圣者已经断除一切欲贪，他们不会再执著男女、饮食、睡眠、钱财等等，即使在家人证得三果之后，他也可以舍弃全部的钱财。不过，他们还是会生起贪根心。

有三种贪：欲贪、色贪和无色贪。欲贪是对欲乐的贪著，对被称为“五欲功德”的色、声、香、味、触的贪求。色贪和无色贪是对色界和无色界生命的贪。由于三果圣者

还没有断除后面两种贪，所以还可能投生至色界梵天或无色界梵天。即使这些贪极微细，也还是贪根心。

不来圣者也还没有断除慢，慢属于邪见不相应贪根心。色贪、无色贪和慢只有在第四道时才被断除。

然而，不来圣者不会再生嗔心，他们不会发怒、生气、紧张、害怕和哭泣。

不来圣者可以体验到 48 种心：不善心 5（邪见不相应贪根心 4、掉举相应痴根心 1）、善心 17（大善心 8、广大善心 9）、欲界果报心 23（大果报心 8、无因果报心 15）、转向心 2、果心 1（不来果心）。

四、阿拉汉圣者

阿拉汉圣者已经断除一切烦恼，自然不会再生起任何不善心。如果生起善心，就还会造业，阿拉汉不会再造业，所以也不会生起善心，他们生起的是唯作心。所以，阿拉汉圣者不会生起一切善心和不善心。

阿拉汉圣者可以体验到 44 种心：无因心 18、大果报心 8、大唯作心 8、色界唯作心 5、无色界唯作心 4、阿拉汉果心 1。

十八无因心包括不善果报的眼、耳、鼻、舌、身识（苦受）、领受心和推度心。只要还有五蕴，阿拉汉圣者还会受苦，还会体验到不可意、不可爱的所缘。

图表27：有情与心的关系

有情	不能生起之心		能体验之心	
恶趣有情	8 大果报、8 大唯作、27 广大、1 生笑、8 出世间	52	12 不善、8 大善、15 无因果报、2 转向	37
善趣无因和二因者	27 广大心、8 大唯作、4 智相应果报、1 生笑、8 出世间	48	12 不善、8 大善、4 智不相应果报、15 无因果报、2 转向	41
三因凡夫	18 唯作速行、9 广大果报、8 出世间	35	12 不善、17 世间善、23 欲界果报、2 转向	54
入流与一来圣者	18 唯作速行、9 广大果报、4 邪见相应、1 疑相应、7 出世间	39	7 不善、17 善、23 欲界果报、2 转向、1 果	50
不来圣者	18 唯作速行、9 广大果报、4 邪见相应、2 嗔、1 疑、7 出世间	41	5 不善、17 善、23 欲界果报、2 转向、1 果	48
阿拉汉圣者	12 不善、17 善、9 广大果报、7 出世间	45	18 无因、8 大果报、8 大唯作、9 广大唯作、1	44

			果	

八、依三界分别诸心

以上所讨论的不同有情与心的关系是针对欲界有情而言的。对于色界和无色界有情，有些心也不会生起。现在，我们再来讨论三界（欲界、色界、无色界）有情与心的关系。

对欲地众生，所有心路心都可以根据情况生起。譬如，人也可以生起色界善心和无色界善心。色界和无色果报心并不是心路心，它们只生起为结生、有分和死心。

对于欲界众生，如果缺少相应的根门，也不会生起相应的根识。例如，盲人没有眼根，不会生起眼门心路；聋子不会生起耳门心路。有些低等动物，例如蚯蚓没有眼睛、耳朵、鼻子，相应的心路也不会生起。

所以，除了九种广大果报心之外，八十种心路心都能在欲地生起。

色界梵天人只能生起眼门心路和耳门心路，其他三门（鼻门、舌门、身门）心路都无法生起。他们能看颜色、听声音，但是不能嗅气味、尝味道，身体也没有感觉。虽然他们有鼻子、嘴巴和身体，但是没有相应的净色。因为梵天人没有身门心路，所以他们没有冷、暖和痛苦的感觉，也没有身体的病痛。我们会感觉这里痛、那里痛，是因为

有身门心路的缘故。

色界众生不会生起嗔根心。同时，彼所缘也不会生起。

所以，除了九广大果报心、八大果报心，以及两种嗔心、三双根识（鼻、舌、身识）之外，有六十四种心路心能在色地生起：十不善心、九无因果报心、三无因唯作心、八大善心、八大唯作心、五色界善心、五色界唯作心、四无色界善心、四无色界唯作心和八出世间心。

当然，无想有情天众生在其整个生命期间，不会有任何心路生起，也没有任何心生起。

对于无色界梵天人，五门心路都不会生起，只有意门心路。因为他们没有相应的根门，没有眼净色、耳净色、鼻净色、舌净色、身净色，所以不会有五门心路的生起。

无色界梵天人不能入色界定，也不能入更低的无色定，只能进入与其相应的或更高的定。例如，一个无所有处梵天人不能进入空无边处定和识无边处定，只能进入无所有处定和非想非非想处定。

同时，无色界梵天人除了入流道心、色界心、生笑心以及更低的无色界心不会生起，其他心都可以生起。这意味着一个凡夫投生到无色界天，他将不能生起初道心，即凡夫不可能在无色界证得圣道圣果，但在色界和人天善趣还可以。

所以，除了四无色果报心、八大果报心、十七无因心、

十五色界心，以及两种嗔心和入流道心之外，有四十二种心路心都能在无色地生起：十不善心、意门转向心、八大善心、八大唯作心、四无色界善心、四无色界唯作心和七出世间心。

只要众生的寿命还没有终尽，六门心路就会持续地生起。在没有六门心路生起的时候，它们中间就间隔着有分心。心路和有分心的关系有点类似相片或电影的胶片，有图像的框格就像心路，而每张图像中间的间隔就像有分。有分心就是每个心路中间的间隔，它们维持着心流在没有识知过程的时候也不会中断。

至此，我们已经学习了心路。心路可以分为五门心路和意门心路两大类。五门心路的运作比较简单，它们只能识知相应的所缘：眼门识知颜色，耳门识知声音，鼻门识知气味，舌门识知味道，身门识知触，为一对一的关系。

相比之下，意门心路要复杂得多。意门心路又可以分为两类：1. 微小速行心路，这一类心路的速行心生起最多不会超过七次，有时是六次，临死速行甚至只生起五次。2. 安止速行心路又可分为广大速行心路和出世间速行心路。

微小速行又可以分为两种：随起意门心路和独立意门心路。随起心路是跟随着五门心路而起、继续缘取五门目

标的心路。记忆、推理、想像、修观、证悟等都属于独立意门心路。随起意门心路只是继续缘取刚才五门心路的目标，但独立意门心路能取任何目标，可以取过去很久以前的目标。如果有人活到一百多岁，他可以回忆起一百年前的事情，天人甚至可以回忆更久远的事情。因为独立意门心路可以取曾经体验的过去所缘。心也可以计划未来，创造名相、名词、概念，以及猜测、推理、想像。

对于没有禅那经验的凡夫，他每天生起的都是欲界的六门心路。如果证得禅那，在其生命期间可以生起广大速行心路。如果他继续精进修行止观并证得圣道圣果，则可以体验出世间速行心路。

六门心路就学习到这里。

第十八讲、有情世间

我们已经学习了概念法、色法、心所法、心法及心路。对于四种究竟法，已经学习色法、心所法和心法，还有一种是涅槃，等以后再讲。

至此，我们已经对世间法有了一定的了解。为了更好地了解世间，我们还可以用另一种方法来阐释世间。

一、三种世间

世间，巴利语 loka，源于“破坏”的巴利语 lujjati。即以崩溃、破碎、破坏、毁灭之义而为“世间”。

在《相应部》中记载，有位比库问佛陀：

“尊者，所谓‘世间、世间’者，以什么角度称为‘世间’呢？”

“比库，破坏故，以此称为世间。”(S.2.82)

在《无碍解道》《大义释》《法集》等诸义注中说：

“Loko vuccati lujjanapalujjanaṭṭhena vaṭṭaṃ.”

“称为世间乃是以破碎、毁灭之义而存在。”

有三种世间(tayo loka)：行世间(saṅkhāraloka)、有情世间(sattaloka)、空间世间(okāsaloka)。在这里先来谈谈有情世间。

有情世间是有情生存的世间，可以分为三界：欲界、色界和无色界；又可以分为四生存地(catasso bhumiyo)：恶趣地(apāya-bhūmi)、欲善趣地(kāmasugati-bhūmi)、色界地(rūpāvacara-bhūmi)和无色界地(arūpāvacara-bhūmi)；也可以分为四生：卵生(aṇḍajā yoni)、胎生(jalābujā yoni)、湿生(saṃsedajā yoni)和化生(opapātikā yoni)；还可以分为六趣：地狱、畜生、鬼、阿苏罗、人、天。

其中，恶趣地又可分为四种，从低至高依次为：地狱(niraya)、畜生(tiracchānayoni)、鬼(peta)和阿苏罗(asura)。

恶趣，巴利语 apāya，由 apa（毫无）+ aya（快乐）组成，意为没有快乐或极少快乐。在这些生存地中，痛苦远远地超过快乐或者根本没有快乐，所以称为 apāya。众生之所以投生到恶趣地，是由于他们的恶业成熟。

善趣包括人和天，是善业成熟而投生的。

二、地狱

第一、为何称为地狱？

《中部》注说：**“以无喜乐义、无乐味处为地狱。”**(nirati-atthena nirassādaṭṭhena **nirayo**.)(M.A.1.153)

根据佛教，地狱是轮回中最低的生存地，也是最痛苦的地方。有情投生到地狱，从其投生至死亡期间，必须不断地承受自己所造的恶业带来的果报，完全没有休息的机会。

在众生界中，有些生存地的众生纯粹在享乐，也有些生存地的众生完全在受苦。业果法则是这样：福报成熟时，会有更多好的助缘支持，使你锦上添花；福报低劣时，不善业偏偏也在这时成熟，使你雪上加霜。如果临终时不善业成熟，必定会堕落恶趣。众生一旦堕落恶趣，很多善业没有机会成熟，不善业却获得因缘成熟，使他一直受苦。

哪些人会投生到地狱呢？佛陀说造十恶业道的人会堕落地狱。十恶业道为：杀生、不与取、欲邪行、虚妄语、离间语、粗恶语、杂秽语、贪婪、嗔恚、邪见。

其中，杀生是杀害生命、手常血腥；不与取是指偷盗、抢夺他人财物；欲邪行又作邪淫，即与他人的配偶发生性关系，女人红杏出墙，男人拈花惹草；虚妄语是欺骗他人，说不真实的话语；离间语是挑拨离间，搬弄是非；粗恶语是说难听的语言、咒骂他人；杂秽语是说淫词艳语、毫无意义的废话；贪婪是贪求不属于自己的东西；嗔恚是愤怒，想要毁坏他人的幸福与快乐；邪见是错误的观点、信仰。

如果一个人经常造作这十种不善业道，当其恶业成熟时，将会投生到地狱，承受由自己所造之业带来的果报。

第二、八大地狱

地狱可分为八种，称为八大地狱：

第一、复活地狱(Sañjīva niraya)。投生到此的众生要不断地受苦，遭受剥皮、刀砍等各种各样的刑罚，痛苦至死，但由于恶业未尽，很快又复活，继续受刑。

第二、黑索地狱(Kāḷasutta niraya)。又作黑绳地狱。

第三、众合地狱(Saṅghāta niraya)。投生到此的众生与人不同，人如果遭受虐待、酷刑至极，身体会承受不了而死亡；但是只要地狱众生的恶报未尽，就会一直地受苦、受折磨，即使头被砍下、皮被剥落，还是不会死。

假如一个人被扔进烧开的油锅，马上会被烫死。但是，地狱众生即使遭受极端痛苦的煎熬，只要其果报未尽，会不断地受苦也不会死去。它们被折磨晕了过去，等地狱冷风一吹，又苏醒过来，继续接受刑罚与痛苦。

第四、号叫地狱(Roruva niraya)。投生到此的众生，由于遭受剧烈的痛苦而不断地哀求、号叫与哭泣。但这些都是他们的恶业造成的，根本没有人权可言，也无处申诉。

第五、大号叫地狱(Mahāroruva niraya)。《中部·愚人智者经》中说：地狱中的狱卒用烧得火红的铁叉去刺地狱众生的两手与两脚，再用烧得火红的铁叉刺穿他们的前胸，使他们遭受极其猛烈、剧烈、强烈的痛苦，但只要他们的恶业未尽，就不会命终。(M.129)

第六、燃烧地狱(Tāpana niraya)。《愚人智者经》中描

述：地狱纵横有一百由旬，其四门、四角都被铁墙围绕着，被铁包覆着，地面也是由铁制成的，里面每时每刻都不停地燃烧着炽热的火焰。

第七、大燃烧地狱(Mahātāpana niraya)。

第八、无间地狱(avīci niraya)。是最痛苦的地狱，投生到此的有情会毫无间断地遭受被燃烧、煎煮等痛苦，地狱的所有刑器铺满其身体，故为“无间”。

无间地狱在地狱的最下层，也是最恐怖的地狱。有五种人会堕落无间地狱：一、弑母；二、弑父；三、弑阿拉汉；四、恶心出佛身血；五、分裂僧团。

这五种称为“五逆罪”或“五重罪”，依其果报则称为“五无间罪”(ānantariya kamma)，因为造了这五种恶业的人，死后不会有任何间隔而直接堕入无间地狱。

在这八大地狱中，每个大地狱各有四门，每一门又各有四个小地狱(ussadaniraya)，即每一个大地狱都围绕着十六个小地狱。因此，这八个大地狱加上周围的一百二十八个小地狱，一共有一百三十六个大小地狱。(16×8+8=136)

第三、寒冷地狱

无间地狱中还有一些地狱叫做寒冷地狱。在《增支部》和《经集》中，收录了一部《果咖离经》(Kokālika suttaṃ)，谈到果咖离比库由于误会而诽谤沙利子和马哈摩嘎喇那尊者，因此堕落寒冷地狱的故事：

佛陀在世时，在果咖离城居住着一个比库，名叫果咖离(Kokālika)。有一年将近雨季，两位上首弟子——沙利子尊者和摩嘎喇那尊者希望能在雨安居期间远离独住，于是辞别了他们的五百位比库弟子，拿了自己的衣钵，来到果咖离比库居住的地方。他们与果咖离互相问候，然后说："贤友，我们想在此过三个月的雨安居，请不要告诉任何人。"他也答应了。于是，沙利子和摩嘎喇那两位尊者在那里度过了一个平静的雨安居。

雨安居结束后，他们向果咖离比库辞行，果咖离请他们多住一天，等明天再走。第二天一大早，果咖离进入城中，告诉人们说："贤友们，你们有所不知，两位上首弟子来这里过雨安居，还没有任何人向他们作过必需品的邀请呢！"市民们说："尊者，您为什么不早告诉我们？""贤友们，怎么告诉你们呢？看，那两位比库正坐在长老的住所，他们就是上首弟子！"于是人们迅速带来酥油、砂糖、袈裟布料等，堆在果咖离的面前。他想："极为少欲的上首弟子们如果知道这些是通过言语指示而获得的供养，他们是不会接受的，然后会把这些布施给原住者，到时我就可以得到这些供养了。"长老们知道这些是通过言语指示而获得的供养后，心想："这些必需品对我们和果咖离都是不适合。"于是没有把它们布施给原住者就离开了。果咖离心想："你们自己不拿，为什么也不给我就离开呢？"开始对他们怀恨在心。

两位上首弟子回到世尊跟前，世尊叫他们到各国去游方。于是两位上首弟子带着五百位比库次第游行，又来到了果咖离城。市民们认出两位长老，于是准备了许多必需品，在城中央搭起帐蓬做布施，并亲手把必需品供养给长老们。两位长老接受供养后，把它们分给比库僧众。果咖离看到这一幕，心想："他们以前很少欲，现在却被贪欲征服而生起恶欲。以前我以为他们好像少欲、知足、远离，原来却是恶欲、不知足的恶比库。"

于是，他来到沙瓦提城，在佛陀跟前毁谤这两位上首弟子说："尊者，沙利子和摩嘎喇那是恶欲者，已陷入恶欲而住"。佛陀立即阻止他说："果咖离，不要这样！果咖离，不要这样！果咖离，请以净信心对待沙利子和摩嘎喇那，沙利子和摩嘎喇那是善行者。"他第二次这样毁谤，佛陀又阻止了他；第三次他还这样毁谤，佛陀第三次阻止了他。他发现自己没办法在佛陀面前中伤这两位上首弟子，于是顶礼佛陀，右绕后离开。

离开后不久，果咖离全身开始长满了脓疮，脓疮越长越大，从开始时像芥子般大小，长成像绿豆般，又从绿豆般大小长成像豌豆般大小，再从豌豆般大小长成像枣核般大小，又从枣核般大小长成像枣子般大小，又从枣子般大小长成像芒果般大小，直到像木瓜那么大。最后脓疮破了，脓和血从疮中流出，果咖离因此痛苦地死去。于是，果咖离对沙利子和摩嘎喇那怀恨在心而生于红莲花地狱。

佛陀把果咖离堕落红莲花地狱的事告诉比库们，一位比库问：“尊者，在红莲花地狱的寿量有多长？”

“比库，在红莲花地狱的寿量极长，不容易计算说就这么多年，这么多百年，这么多千年，或这么多万年。”

“尊者，能打个譬喻吗？”

佛陀说：“比库，犹如高沙喇(Kosala)国之车装满二十斛芝麻，有人每过一百年来取走一粒芝麻，用这种方法把二十斛芝麻全部拿完了还更快，而阿菩达地狱(Abbuda niraya)的寿命还没有结束。比库，尼拉菩达地狱(Nirabbuda niraya)的寿命是阿菩达地狱的二十倍。阿拔拔地狱(Ababa niraya)是尼拉菩达地狱的二十倍。阿哈哈地狱(Ahaha niraya)是阿拔拔地狱的二十倍。阿嗒嗒地狱(Aṭaṭa niraya)是阿哈哈地狱的二十倍。白睡莲地狱(Kumuda niraya)是阿嗒嗒地狱的二十倍。香莲花地狱(Sogandhika niraya)是白睡莲地狱的二十倍。青莲花地狱(Uppalaka niraya)是香莲花地狱的二十倍。白莲花地狱(Puṇḍarīka niaya)是青莲花地狱的二十倍。红莲花地狱(Paduma niraya)的寿命又是白莲花地狱的二十倍。比库，果咖离乃对沙利子和摩嘎喇那怀恨在心而生于红莲花地狱。”

最后，佛陀感叹地说了“出生之人，斧生口中，愚人说恶，还砍自己。”等偈颂。(A.10.89; Sn.3.10)

虽然果咖离只是对沙利子和摩嘎喇那两位尊者产生误会，但是由于他毁谤的是圣者，所以堕落红莲花地狱那

么漫长的时间。

义注中说，并没有单独的地狱叫做阿菩达地狱等，它们都属于无间地狱。

经典中还提到另外几个堕入无间地狱的人，包括臭名昭著的迭瓦达答(Devadatta)，还有诬陷佛陀的少女金佳马那维咖(Ciñcamāṇavikā)和善觉王。少女金佳马那维咖的故事是这样的：

因为佛陀令无数的人与天人进入圣者之地，供养恭敬也与日俱增，而外道们则像大白天里的萤火虫一样，供养恭敬日渐减少。他们站在人行道中间叫喊着："为什么只有沙门果德玛才是佛，我们也是佛！为什么只有布施他才有大果报，布施我们也有大果报！你们布施、恭敬我们吧！"虽然他们如此卖力讨好人们，但仍然不能获得供养和恭敬，于是他们想方设法要破坏佛陀的名誉。

那时，在沙瓦提城有一个名叫少女金佳马那维咖的遍行外道，她长得天生丽质，美丽动人，貌若天仙。一天，她走进外道寺院前来礼敬，但外道们没有理睬她，她再三行礼，外道们还是不理会她。

少女金佳马那维咖奇怪地问："尊师啊！我到底犯了什么过错，你们为什么不理我呢？"

外道回答说："贤妹，沙门果德玛害到我们没有供养和恭敬你知道吗？"

“我不知道，尊师！但我可以做些什么呢？”

“贤妹，如果你希望我们快乐，就自己想办法损害沙门果德玛的声誉，让他失去供养和恭敬。”

“是的！尊师，这事由我来负责，你们不用担心！”

从那天开始，每当傍晚沙瓦提城的市民听法离开揭德林时，少女金佳马那维咖把自己打扮得花枝招展，穿上胭脂色的外衣，手中拿着香和花鬘，朝揭德林的方向走去。当人们问她要去何处时，她回答：“你们干嘛想知道我去哪儿呢？”然后在揭德林附近的外道寺院里过夜。隔天清晨，她装着好像在揭德林中过夜一般走进城中。当人们问她在何处过夜时，她回答：“你们干嘛想知道我在哪儿过夜呢？我在揭德林和沙门果德玛一起在香室中过夜呢！”有人开始起了疑心：“这到底是不是真的呢？”

过了三、四个月，她用布块裹住腹部，并穿上红色的上衣，看起来好像怀孕的样子。有些愚人的信心开始动摇：“沙门果德玛让她怀孕了。”八、九个月后，她用绳子绑了一个木盆，用牛的下颚骨把自己的手足背打肿，装成身体疲惫的样子，看上去就像快要临盆一般。在傍晚时分，当佛陀坐在法座上向大众说法时，她走进法堂站在佛陀面前，指着佛陀说：“大沙门！你只知道向大众说法，满口甜言蜜语。我因你而怀孕，现在快要分娩了，但你既不为我安排产房，自己不准备酥油、油等，也不叫高沙喇王、给孤独长者或维沙卡等为我做点适当的事。你只知道自己

快活，却从来不关心一下我们的胎儿。”她就像抓起粪块拼命想弄脏月轮一样在人群中诬蔑如来。

如来停止说法，像狮子吼一样说：“阿妹，你所说的是真是假，只有我和你才知道。”

“是的，大沙门，只有你和我才知道这事的真相！”



这时，沙咖天帝的座位热了起来，他一检查，便明白是少女金佳马那维咖在诬蔑如来，决定澄清此事，于是和四位天子一起前来。天子化身为小老鼠，跑到少女金佳马那维咖的衣服里，咬断了绑木盆的绳子。此时，一阵风将她的上衣掀开，木盆掉了下来，正好砸在她的脚背上，切断了双脚尖。

真相大白，人们斥责她，向她的头上吐口水，用土块、

木棍等打她，把她赶出揭德林。当她走出如来的视线之外时，大地裂开，火焰从无间地狱中喷上来，把她卷入无间地狱。(Dp.A.176)

还有一个是善觉王(Suppabuddha)，他是佛陀出家前的岳父。据说他因为菩萨抛弃了他的女儿去出家，又把他的儿子迭瓦达答推向敌对的地位这两件事，对佛陀一直怀恨在心。有一天，他想："我现在将不让佛陀前往邀请处应供。"于是，他为了挡住佛陀的去路，在路中央坐着喝酒。当时，导师在比库僧众的跟随下走向该处，人们告知他说导师来了，但他扬言道："你们去告诉他往前走，我比他更老，不会给他让路的！"人们一次次地劝告，他还是不走。导师因岳父不肯让路而转身回去。善觉王叫住一个路人说："去，听他说什么，再回来告诉我。"

导师在回去时露出微笑，阿难尊者问道："尊者！您为什么露出微笑？"佛陀回答："阿难，你看到那个善觉王了吗？他造了重大的恶业，不给像我这样的佛陀让路。从现在算起的第七天，他将在其宫殿上楼处的楼梯脚下掉进大地中。"

路人把听来的告知善觉王，他听了之后说："从现在开始我不去那个地方，如果我没有从那里掉进大地，我将要斥责他虚妄语。"于是，他带足自己七天的食物和用品，登上第七层楼，叫人取走楼梯，锁上门，并在每道门前安

排两名力士，吩咐道："如果我因疏忽而想下楼，你们要阻止我。"然后坐在第七层楼的寝宫中。

佛陀听到此事后，说："诸比库，不管善觉王在殿楼上，还是飞到空中、潜入大海、逃进山中，诸佛所说的话决不会矛盾，他只会在我所说的地方掉进大地中！"并说以下偈颂：

"非虚空.海中，非入山.缝隙；

世界不存在，能脱死神处。"

到了第七天他阻挡导师前往托钵的那个时段，殿楼下善觉王的御马突然变得焦躁不安而到处撞墙，而它只有见到善觉王才能安静下来。他坐在楼上听见声音，想制伏它而从座位站起来朝门口方向走去。奇怪的事情发生了，房门自己打开，楼梯还在原来的地方放着，门口站着的力士抓住他的脖子把他扔向楼下。就这样，当他一到达其宫殿上楼处的楼梯脚时，大地裂开，他堕入了无间地狱。(Dp.A.128)

有人可能会问：为什么毁谤佛陀和圣者的恶业会这么重呢？这些行为还不至于导致堕落无间地狱吧！就如只是供养佛陀和圣者一小勺饭团，也能带来投生为高等天人的善报。同样地，只是恶意毁谤佛陀和圣者，也能导致堕落地狱遭受漫长岁月的苦报。佛陀和圣者拥有出世间的戒德、定德、慧德、解脱德、解脱知见德，以所缘极重故，所造的业也极重。所以《清净之道》中说：毁谤圣者的恶

业如同无间业一样重，能障碍生天和障碍圣道。(Vm.411)

地狱是轮回中最痛苦的地方。地狱众生的寿命虽然漫长，但还是会终结的。根据佛陀的教法：在生死轮回当中，没有永恒的快乐，也没有永恒的痛苦，众生都是因为业而受报，福报享尽还会堕落恶趣，苦报受完也会因为过去生所造的善业而投生善趣。

三、畜生

第二种恶趣是畜生趣。畜生，巴利语 tiracchāna，直译作横生、傍生。如义注说：**“向横拉为横生。”**(Tiriyaṃ añchitā'ti **tiracchānā**.)(M.A.1.153)

意谓此类有情并非如同人和天人般向高处生长，而是横向生长，故为横生。为轮回流转中的苦界、恶趣之一。

畜生即是我们所说的动物，乃由于众生所造作的不善业成熟而投生。虽然说畜生趣的痛苦并没有地狱那么悲惨，但是由于畜生趣的痛苦远远超过了快乐，也因为一旦众生投生到畜生趣，将很少有机会造善业，因此也被归类为恶趣地。

佛陀说过：**“诸比库，我不见有其他一种部类是如此的多样，诸比库，那即是畜生趣的众生。”**的确如此，畜生的种类极其繁多，数量不计其数。从大型的鲸鱼、大象，到微细的蚊蝇虫蚁，有陆行、水行、空行，有卵生、胎生、湿生和化生，有无足、两足、四足、多足等等。

佛陀曾经问比库们：**“诸比库，此无始的轮回起点是不可知的，为无明所障覆、为爱所结缚的众生流转于轮回。诸比库，你们认为如何，哪样比较多，是此长久以来流转于轮回被砍头所流过的血，还是四大海之水呢？”**

比库们回答道：**“尊者，如我们了解世尊所说之法，尊者，是此长久以来流转于轮回被砍头所流过的血比较多，而不是那四大海之水。”**

“萨度！萨度！诸比库，萨度！你们如此了解我所说之法。诸比库，确实，是此长久以来流转于轮回被砍头所流过的血比较多，而不是那四大海之水。”

因为在漫长的轮回中，众生曾经投生为牛、投生为水牛、投生为羊、投生为山羊、投生为鹿、投生为鸡、投生为猪等等，被砍头所流过的血累积起来比四大海之水还要多。(S.2.136)

投生为畜生等恶趣者想要再投生为人是很困难的，因为那里没有法行、正行、善行、福行，而只是互相吞吃、弱肉强食而已。

畜生的生命是毫无意义可言的，它们只是为了生存而不断地捕杀弱小动物，以及为了避免成为其天敌的食物而一天到晚胆颤心惊。

如果让我们孤身一人晚上住在森林里，试想想要怎样度过呢？住在树下，害怕被猛兽袭击；爬到树上，又担心被蛇咬。野外的生活就是这样没有保护，而畜生终其一生

都是这样度过的。它们的生命没有任何保障。如果下错了棋可以悔棋，说错一句话或做错一件事还可以道歉、忏悔。但是，动物稍不留神就可能断送自己的小命。

大家认为投生为畜生容易还是投生为人？畜生的数量多还是人的数量多？在森林里，单是苍蝇、蚊子、蚂蚁、蜘蛛、飞蛾的数量、种类就不计其数。再说池塘里、江河里、大海中有多少鱼、虾！这些都是畜生，都是生命！

在轮回当中，我们也曾经投生为畜生，现在的这些畜生也曾经侥幸地投生为人。为什么畜生与人的数量会相差那么悬殊呢？我们以后可能会投生到哪里呢？这与自己的心念息息相关：若生起的不善心多，投生到恶道的机会就多；若每天都能如理作意、守护心念，生起的善心多，投生到善趣的机会就大。

正如佛陀说：**“诸比库，只有极少的众生能从人死后投生为人，但有更多的众生从人死后投生于地狱……投生于畜生胎……投生于鬼界。**

诸比库，只有极少的众生能从人死后投生于天，但有更多的众生从人死后投生于地狱……投生于畜生胎……投生于鬼界。”(A.1.336-341)

又有一次，佛陀用指尖抹了一些尘土，问比库们说：**“诸比库，你们认为如何，哪样比较多，是我指尖上所抹的尘土，还是此大地？”**

比库们回答：**“尊者，当然是大地比较多！世尊指尖**

上所抹的尘土很少，世尊指尖上所抹的尘土根本不能和大地相提并论。”

于是佛陀说：**“诸比库，正是如此，只有极少众生能投生为人，更多的众生投生为除人类之外的[四恶道]。”**

此经的义注解释说：只有极少数的人能够从人界死后继续投生为人，绝大部分人从人界死后，投生到除了人界之外的四恶趣中，他们就像大地的尘土那么多。在此经中所提及的人也包括天人。(S.2.224)

如果不好好地把握自己的心念，经常过着放逸的生活，不为未来的轮回积累点善业和资粮，现在难得的人身稍纵即逝，那么，下一世必将随着所造的业投生到恶趣。

在修行中，有八种悚惧感能激发精进，“思维堕入恶趣之苦”即是其中之一。我们不需要绞尽脑汁地想像，只要看看身边的动物就足够了，每天有数不尽的动物被人屠宰，也有数不尽的动物被天敌所吞吃。

总之，堕落恶趣就是一个“苦”字。

四、鬼

第三种恶趣是鬼(peta)。鬼，巴利语 peta，为轮回流转中的苦界、恶趣之一。

许多民族的先民皆认为人死后会变成鬼，古印度人也不例外。因此，巴利语 “peta”(梵 preta)一词也作为 pa-ī (先

前的，离开的)的过去分词，有亡者、死者、祖灵等意思，并引申为“鬼”。如《中部义注》从词源学的角度解释说：**“死后到达的地方为鬼界。”**(Peccabhāvaṃ pattānaṃ visayoti **pettivisayo**.) (M.A.1.153)

然而，根据业果法则，并非人死后皆投生为鬼，只有所造作的不善业成熟才会投生为鬼。

人类的福报千差万别，有些人果报很大，有些人果报低劣。鬼类的果报也一样，差别很大。福报较大的大力鬼(mahiddhika peta)可能拥有自己的眷属、宫殿，享用种种五欲功德，如同天人一样享乐。还有一种时苦时乐的天宫鬼(vimāna peta)，由于他们过去所造的业善恶参半，所以感得的果报是白天受苦，晚上则如天人般享乐。不过，大部分鬼长相丑陋、样子凶恶。例如被谋杀、自杀或冤死的人，由于他们临死时生起强烈的嗔恨心、恐惧心，所以投生为鬼后样子很丑陋而且很凶恶，类似民间传说的厉鬼或恶鬼。由于鬼类众生大多数都经常遭受饥饿、口渴及痛苦的折磨，所以被笼统地称为“饿鬼”。

在《弥林达问》中提到有四类饿鬼：食吐饿鬼(vantāsika)、饥渴饿鬼(khuppipāsina)、烧渴饿鬼(nijjhāma-taṇhika)和依他施活命鬼(paradattūpajīvina)。其中，只有第四类依他施活命鬼才能获得人们以他们的名义布施的食物和回向的功德。

由于过去生所造的不善业，大多数的鬼都长相丑恶，

体弱多病，还经常遭受着饥饿与口渴的煎熬。许多鬼类无法自己获得食物，只能依靠吃垃圾、死尸、产房的血、痰涕、粪便等维生；有些鬼依赖香气维生；有些鬼什么东西都吃不了，当它们看到水想喝时，护水神就用棒子打它，水还没喝上，却被打得遍体鳞伤。有时候，小鬼会成为大鬼的食物，弱鬼会成为强鬼的食物。鬼类就是如此痛苦。

就和畜生一样，鬼类也没有自己独立的世界，大多数和人类居住在同一个世界，住在森林、荒野、村落、沼泽、坟场等地。通常情况下，人类并不能看到鬼类众生，除非是它们有意显现让人看到。

五、阿苏罗

第四种恶趣称为阿苏罗(asura)。有两类阿苏罗：

一、堕苦处的阿苏罗(vinipātikāsura)。他们的果报类似鬼类，住在村落或树林，常遭受饥饿、痛苦煎迫，依赖村民丢弃的食物等维生，故又称为鬼阿苏罗(petāsura)。作为四恶趣之一的阿苏罗是指这一类。

二、天类阿苏罗。他们的寿命、容貌、自在等皆与三十三天相同。传说很久以前，他们居住在三十三天，是该天界的原住民。古印度传说和佛教经典皆记载有三十三天众和阿苏罗战争的故事。关于他们为何经常发生战争，有这样的传说：

在马嘎塔国有位名为马喀(Magha)的青年和他的三十二位朋友一起结伴行善，死后投生到天界。马喀投生天界后名叫沙咖(Sakka)。他与其同伴投生到三十三天时，原住的天众准备美酒(gandhapāna)欢迎他们。沙咖劝其随从不要喝酒，喝醉了像疯子一样。于是原住的天众自己拿出金杯，痛饮美酒，喝醉后就地躺着。沙咖令诸天神提着他们的脚，把他们扔下须弥山。当阿苏罗们掉到半空时开始清醒，说："我们不该喝酒，我们不该喝酒。(na suraṃ pivimha)"从此他们叫做 Asura（不喝酒）。由于他们的福德力，在须弥山脚平地上出现一万由旬的阿修苏罗住区，也生长有巴嗒厘树(cittapāṭalī)。由于他们从此以后再也不是天神了，故称为 Asura（非天）。每当巴嗒厘花盛开时，阿苏罗登上象车、马车，拿着盾牌，擂响战鼓，从大海出发，像蚂蚁一般爬上须弥山，浩浩荡荡前去攻打天神。(S.A.1.247; Dp.A.30)

因为阿苏罗想夺回自己在天界的尊荣，所以经常和天众打仗。最后，阿苏罗被金刚手天王(Vajirahattha，即沙咖天帝)与天众、亚卡众打败，退到大海里。从此，阿苏罗多居住在大海。

有一篇名为《旌旗顶经》(Dhajagga sutta)的护卫经，描述佛陀向比库们讲述三十三天众和阿苏罗打仗的故事，并借用天众在战争时去除怖畏、恐惧的方法，教导在林野独住的比库可通过忆念佛陀、法或僧的功德来去除怖畏、

惧怕或身毛竖立。

阿苏罗的首领称为阿苏罗王(asurinda)，经典中较常见的有韦巴吉帝(Vepacitti)、拉胡(Rāhu)、巴哈拉达(Pahārāda)等。有些阿苏罗也喜欢亲近佛陀。如《增支部》提到，有一次阿苏罗王巴哈拉达前往亲近佛陀，佛陀问他为何阿苏罗众喜欢大海？他谈到大海具有八种功德，所以阿苏罗众喜欢大海。接着世尊也谈到佛陀的法、律也具有八种功德，所以比库众喜欢此法、律。(A.8.19)

六、人

人，巴利语 manussa，由 manas (意，心) + ussa (更高的，优越的)组成。如义注云：**“意增盛故为人。”**(Manaso ussannattā manussā.)(M.A.1.153)

也即是说：人类能通过勇敢、念力、勤修梵行等功德培育心意，其心意比其他诸趣更加有优势。

如《增支部》第八集中说：

“诸比库，瞻部洲人依三处超越北古卢洲人和三十三天。哪三处呢？勇敢、具念、在此住于梵行。”(A.8.21)

由于人类的心很敏锐，所以比其他诸趣的众生更能造作强的善业和恶业。人类既有能力一直修行乃至成就无上佛果，也可以造作极重的恶业——五逆罪而导致堕落无间地狱。五逆罪是弑母、弑父、弑阿拉汉、恶心出佛身血及

分裂僧团。从目前来看，弑阿拉汉的机会很少；佛陀已经入灭了，恶心出佛身血也不可能；分裂僧团也很困难；但弑父、弑母在现代社会却时有报道。

比起之前谈到的苦趣众生，人类可以享受更多的快乐，诸如享受五欲的快乐，享受拥有财富、名誉、地位的快乐，享受家庭的天伦之乐，享受美食、歌舞、聚会、旅游之乐。不过，人生还是乐少苦多。人从一出生就必定迈向衰老，在衰老过程中要体验种种病痛，最终还是要以死亡为归宿。人一生必须承受生、老、病、死、爱别离、怨憎会、所求不得等诸苦。穷人有穷人的苦，每天要为柴米油盐发愁；有钱人也有他们的烦恼，害怕自己的财富减少或失去。每个人都有自己痛苦、烦恼。

然而，于诸趣中，诸天极乐，念不坚固，不利修行；地狱等恶趣太苦，也不利修行。只有人界苦乐参半，容易体验苦以及激发精进、坚固其念，所以在人间容易成就梵行。同时，一切诸佛与独觉佛只会出现于此人界，只在此人界住于八支圣道的梵行。唯有人才有机会出家成为比库，天人也不能成为比库。因为佛陀制定除了人类以外，禁止其他众生出家为僧，即使龙和天人化作人身来请求出家也不允许。因此，佛教把人界视为善趣。

七、六欲天

第一、为何称为天?

天，巴利语devatā，为轮回流转中的善趣之一。其果报比人类殊胜，他们寿命长久，身体清净光明，能飞行虚空，变化自在，常享胜妙快乐。如义注中说:**“通过五欲功德以及各自的威力玩乐故为天。”**(Pañcahi kāmaguṇehi attano attano ānubhāvehi ca dibbantīti **devā**.)(M.A.1.153)

什么是五欲功德？即色、声、香、味、触。天人时常享受殊胜的五欲之乐，这些欲乐很微妙，不像人界的那么粗劣。

天人的容颜不仅比人类漂亮，而且寿命比人类长，福报比人类大，快乐也比人类更殊胜。

天人与生俱来就有舒适美丽的天衣，不用洗换衣服。同时，他们的身体漂亮、光明，也不用洗澡。若人几天不洗澡，身上会发臭，但天人不用洗澡，身体也不会出汗、发臭。他们不必为生活操劳，拥有享用不尽的五欲功德，想吃的时候，自然出现美味殊妙的天食。天子天女们经常一起去游园、周游、嬉戏、享乐。他们一生都过着无忧无虑的物质丰裕的生活。

虽然天界如此快乐，但也是无常的。他们投生到天界，是由于过去所造的善业成熟。但是，善业所带来的乐报终有享尽的一天。天人即使天寿再长，快乐再殊胜，终有一

天还是要面临死亡。当天寿将尽时，会出现五种前兆(pañca pubbanimittāni)：花鬘枯萎、衣服变脏、腋下流汗、身体变丑、不能安坐天座。

当天人出现这些征兆时，预兆着他在七天之后将要死去。天人见到这些前所未有的衰相，通常都感到很恐惧和痛苦。因为在天界漫长的生命期间，他们一直都过着快乐的生活，不断地享乐、嬉戏、游玩，很少有机会造善业，一旦遇到这些情况，知道自己的生命即将终结，会感到惊慌失措、彷徨无助。即使再舍不得天界的生命，无常的规律还是要使他们的天寿断尽。又由于天界很少机会造善业，因此很多天人死后都堕落到地狱、恶趣。

为什么说天人很少机会造善业呢？天界需要布施吗？每个天人都很富有，要什么有什么，谁稀罕你给的东西？你想做布施都没有机会。

在这里讲一个沙咖天帝做布施的故事。马哈咖沙巴(Mahākassapa)长老有个习惯，他不去有钱人家里托钵，专爱到穷人家里托钵。如果他刚从灭尽定出来之后去托钵，那些供养他的穷人可以在今生即获得福报。因此，马哈咖沙巴长老出于怜悯穷人而喜欢到他们家去托钵。

有一次，长老入灭尽定七日，出定后想到王舍城托钵。那时，沙咖天帝的五百位天女很想供养马哈咖沙巴长老，于是准备了五百份食物站在路旁，但长老不肯接受："你们走吧，我只接受穷人的。""尊者，请不要拒绝我们，请

接受我们的吧！”长老再次拒绝并弹指说：“你们真不知自量，走开吧！”她们听见弹指声，知道他坚决不会接受，于是沮丧地回到天界。

沙咖天帝问：“你们去哪儿了？”“咖沙巴长老刚从灭尽定出定，我们想去供养他。”“供养了没有？”“他不肯接受。”“为什么呢？”“他只接受穷人的。”沙咖天帝听了，也想供养长老，于是和苏佳天女(Sujā)变成一对羸弱、齿落、白发、驼背的老夫妇，并变化一条织工街，他们假装在纺线。

长老走进城门，看见街上的这两个人，心想：“这么大年纪还要做工，我想在这城内也没有像他们那么贫穷的了，我就去接受一汤匙的菜来摄受他们吧。”于是朝那家走去。沙咖天帝见到长老走过来，对苏佳说：“贤妻，我们的圣尊朝这儿来了，你就像没看见一样沉默地坐着，一会儿我们蒙混长老而供养他食物。”当长老来到他们家门口站着时，他们就像没看见一样继续做工。

沙咖天帝说：“好像有位长老站在门口，我去看看吧！”他走出家门，行五体投地礼后，用两手撑着膝盖，呻吟着站起来说：“哪位长老啊？我眼花。”并将手搭在前额端详：“哎哟，我们的圣尊马哈咖沙巴长老来到我家了！家里还有什么东西吗？”苏佳假装有点慌张地回答说：“有啊！”沙咖天帝说：“尊者，请不要介意好或坏而摄受我们！”长老把钵递过去，想：“不管是供养菜还是米糠团都摄受他

们。”沙咖接过钵走进屋里，把饭装满钵后，交到长老手中。钵中的食物都是美味佳肴，香味立刻飘满了整个王舍城。长老想：“这个人那么卑微，但食物却很有份量，就像沙咖的天食一样，他到底是谁？”知道是沙咖后，呵斥道：“你造了重业，抢夺了穷人的成就！今天供养我者无论多么贫穷，都能做将军或长者。”“尊者，没有人比我更贫穷的了！”“你拥有统治天界的最高权威，凭什么说你穷？”“尊者，是这样的，我的善业只是在佛陀出现之前造的。有在佛陀出世后造善业者，投生为小车天子、大车天子和多色天子这三位地位和我相当的天子，但他们的威光却超过我。当这些天子邀我去度假并带上天女们上街时，我只能躲进家中。他们的身光可以覆盖我的身体，但我的身光却不能覆盖他们的身体。尊者，还有谁比我更穷呢？”“即使这是真的，从今以后也不许你这样蒙混我来做布施。”“蒙混您所做的布施有没有善业？”“有的！贤友。”“若是这样，做善业就是我的义务！尊者。”说完后礼敬长老，带上苏佳右绕长老后飞上天空，在空中三次欢呼道：“啊！我已向咖沙巴建立了至上的布施！”(Dp.A.56)

从这个故事可以看出，在天界虽然能享受殊胜的妙乐，但那只是在消受过去善业的果报。天人生活富足，在天界难行作为富贵之因的布施；天人整天沉迷于欲乐，大福报的天子甚至可以左边五百个天女，右边五百个天女。根据缅甸的传说，沙咖天帝有 Sumālā, Sujātā, Sunandā,

Sucittā四大天后，以及1600个天妃，这样哪里还能禅修！如果只知享乐而不知造善业，那只是坐吃山空。

第二、六欲天

天界可分为三类：欲界天、色界天和无色界天。

天界通常也专指欲界天。欲界天又分为六种，称为“六欲天”。分别是：

1. 四大王天(Cātumahārājika)；
2. 三十三天(Tāvatimsa)；
3. 亚马天(Yāma)；
4. 喜足天(Tusita)；
5. 化乐天(Nimmānarati)；
6. 他化自在天(Paranimmitavasavatti)。

这六种天属于欲界，天人们过着享受五欲的生活。由于他们还有男女之事，还有饮食、歌舞等感官享受，所以称为“六欲天”。

第三、四大王天

六欲天的最低者为四大王天(Cātumahārājika)。四大王天依四方而分为四界，每一界皆由一位天王统领，其部属和居民都是比较低等的天神。

东方由持国天王(Dhataraṭṭha)守护，统领甘塔拔(gandhabba)。甘塔拔是天界的音乐神。这些音乐神通常很

漂亮而且能歌善舞。敦煌壁画中的飞天就属于甘塔拔这一类天神。

南方由增长天王(Virūḷhaka)守护，统领瓮睾鬼(kumbhaṇḍa)。瓮睾鬼长相丑陋，因他们的阴囊(aṇḍa)状如大瓮(kumbha)，故得此名。

西方由广目天王(Virūpakkha)守护，统领诸龙。virūpakkha 直译为“丑目”，古译美化为“广目”。龙(nāga)为身长无足，类似蛇的有情类，多数居住在江河湖海中，有呼云唤雨之神力。有些也守护佛教。

北方由韦沙瓦纳天王(Vessavaṇa)守护，统领亚卡(yakkha)。据说他的前世是一位乐善好施的婆罗门，由于善业而投生为“古韦拉”(Kuvera)天子。后因统辖维萨纳城(Visāṇā)而被称为“韦沙瓦纳”。北传佛教称之为多闻天王（梵 Vaiśravaṇa），并尊奉为财宝神和佛教保护神。

亚卡(yakkha)，汉传佛教依梵语 yakṣa 音译为“夜叉”或“药叉”。亚卡属于非人的一种，是地位比诸天低但又具有诸天威力的鬼神众。其种类繁多，有些是凶残暴戾、能伤害人类的恶鬼；有些是依止山川树木而居的树神、地居天；还有些如天人般有大福德、大威势。

在《中部・小爱灭尽经》(Cūḷataṇhāsaṅkhaya suttaṃ)中，甚至把沙咖天帝也称为亚卡。《长部・人中牛王经》(Janavasabha suttaṃ)记载，初果圣者宾比萨拉王(Bimbisāra)死后投生为韦沙瓦纳天王的部下，是一位漂亮且拥有大福

报的亚卡，名叫“人中公牛”(Janavasabha)。《长部·阿嗒那帝亚经》(Āṭānāṭiya suttaṃ)记载，韦沙瓦纳天王统治北古卢国(Uttarakuru)。那是个亚卡王国，也是快乐的净土。那里环境优美，鸟语花香。人民没有私欲，没有执取，丰衣足食，生活快乐。他们不需要耕种而粮食自然生长，米谷香甜。那里有许多建造在空中的大都市，还有宜人的树林、水池等。(D.32)

汉传佛教和藏传佛教通常把四大天王塑画成很凶恶的样子。其实，天人的容貌是很漂亮的，天人相总比人类漂亮，而且他们的福报也比人类殊胜得多。

第四、三十三天

四大王天上面是三十三天(Tāvatiṃsa)。由于此天界是由一个天王和三十二个小王组成，所以称为三十三天。

三十三天的天主称为沙咖天帝(Sakka devānaminda)，直译作沙咖诸天之主。沙咖，由于他在过去生中曾恭敬(Sakkacca)行布施，故名(Sakkaccaṃ dānaṃ adāsi, tasmā Sakko’ti vuccati)。因为他在三十三天诸天中权力最大而称王，故名“天帝”(devānaṃ tāvatiṃsānaṃ issariyādhipaccaṃ rajjaṃ kāreti, tasmā Devānamindo’ti vuccati) (Dp.A.30)

传说在很久以前，马嘎塔国的马吒喇村(Macalagāma)有一位名叫马喀(Magha)的婆罗门青年，他和三十二位朋友经常一起做善事、行布施，他们死后都投生到这个天界。

因为马喀是他们的首领，所以成为此天界的天主，其他三十二个朋友分别在四方成为小天王。

沙咖天帝居住在须弥山顶善见城(Sudassana)中的最胜殿(Vejayanta)，他是佛教的护法主神。《长部 • 沙咖问经》(Sakkapañha suttaṃ)记载这位天帝在听闻佛陀说法之后证得了初果。(D.21) 他还是一位极喜欢轮回的有情（vaṭṭābhiratasatta），他自述下一生将投生到人界，在天界和人界轮回七次。期间，他将在人界证得一来道果，然后投生到天界，再次做沙咖天帝。在做沙咖天帝那一生死时证得不来道，投生到无烦天，并依次投生到更高的净居天界，一直往上流到色究竟天，如是在净居天一共度过了三万一千大劫。(D.A.2.369)

沙咖天帝还有好几个名字：如 Maghavā, Purindada, Vāsava, Sahassakkha, Sujampati, Vajirapāṇi 等。

Maghavā：由于过去生名字叫 Magha，故名。(Magho nāma māṇavo ahosi, tasmā Maghavā'ti vuccati)

Purindada：过去曾作布施，或在城市中作布施，故名。(pure dānaṃ adāsi, tasmā Purindado'ti vuccati)

Vāsava：因为他过去生曾把自己的住所也布施出去，故名。(āvasathaṃ adāsi, tasmā Vāsavo'ti vuccati)

Sahassakkha（千眼主）：由于他能于瞬间思考一千件事情，故名“千眼”。(sahassampi atthaṃ muhuttena cinteti,

tasmā Sahassakkho’ti vuccati)

Sujampati(苏佳主)：因为他娶了阿苏罗王韦巴吉帝(Vepacitti)的女儿苏佳(Sujā)为妻，故名。(Sujā nāma asurakaññā pajāpati, tasamā Sujampatī’ti vuccati) (Dp.A.30)

Vajirapāṇi 或 Vajirahattha（金刚手）：又作执金刚神。由于他以金刚(vajira)为武器，并以此打败阿苏罗众，故名。

天界的天神也种类繁多。四大王天和三十三天的天众既有空居，也有地居。三十三天众住在须弥山顶，属于地居天，而他们所统领的部下也有些是空居天。

第五、亚马天

三十三天的上一层是亚马天(Yāma)。Yāma 源于动词 yāti(行)，以已经行进、前往、到达天界之乐故，名为“亚马天”(Dibbaṃ sukhaṃ yātā payātā sampattā’ti **Yāmā**)。

第六、喜足天

亚马天的上一层天为喜足天(Tusita)。因为此界天众欢喜、满足，故名“喜足天”(Tuṭṭhā pahaṭṭhāti **Tusitā**)。

一切菩萨在成佛之前的最后第二生都会投生到喜足天。我们的果德玛佛在喜足天时的名字叫白幢天子(Setaketu)。根据斯里兰卡的说法，未来佛美德亚(Metteyya)菩萨现在即居住于喜足天，他将在未来人寿八万岁时投生到人间，然后觉悟成佛。

佛陀的生母马哈马雅夫人(Mahāmāyā)死后也投生到喜足天成为天子。

第七、化乐天

喜足天的上一层是化乐天(Nimmānarati)，又称乐变化天。此天天众可以随心所欲地变化出五种妙欲（色、声、香、味、触）来享受，故名。

第八、他化自在天

六欲天的最高一层是他化自在天(Paranimmitavasavatti)。此界天众自己不能变化出欲乐的目标，但是却能随意受用其他天人化现出来的欲乐目标。如同皇帝不用亲自劳作，却能享用最好的物品和食物。魔罗(Māra)是他化自在天的天子(devaputta)，因此有时也把此天界称为魔天。

此六天界的天人以享受诸欲乐故，名为六欲天。

第九、六欲天人的寿元

人类的寿命是不定的，人的寿元劫(āyukappa)可长至无数岁，短至只有十岁。现在人类的寿元劫是 75 岁，但有人可以活到一百多岁，有人则胎死腹中，甚至只有几分钟有生命，例如被堕胎的婴孩。然而，天人的寿命一般是固定的。

六欲天的最下一层是四大王天，天寿是五百天年，即

五百天岁。“天年”是天界的时间单位，与人间的时间单位不同。不同的生命界有着不同的时间观念，天人有天人的时间观念，人类有人类的时间观念，动物也有动物的时间观念，彼此不尽相同。

有些动物的时间观念和人类不一样。有种体型很小的蚂蚁，它们走路的速度很快，假如按照人类的体积与速度的比例来说，它们走路就好像一辆汽车在公路上奔跑一样快。有些小昆虫的生命很短暂，朝生暮死，人类的一天对它们来说却是一辈子。天人看待我们人类也一样，刚出生不久就长大，一会儿就衰老，然后很快就死了。与天人的寿命相比，人类的生命就如同那些朝生暮死的小昆虫。

四大王天的一个天日相当于人间的五十年。古人描述神仙般的生活是“山中方七日，世上已千年”，如果到四大王天就有这种感觉。在那里，三十个天日等于一个天月，十二个天月等于一个天年，五百天年等于人间的九百万年。也就是说，四大王天众的一生相当于人间的九百万年。

四大王天的上一层是三十三天，天寿是一千天年，那里的一天相当于人间的一百年。如果换算成人间的时间，等于三千六百万年。

亚马天的天寿是二千天年，那里的一天相当于人间的二百年。

喜足天的天寿是四千天年，那里的一天相当于人间的四百年。

化乐天的天寿是八千天年，那里的一天相当于人间的八百年。

他化自在天的天寿是一万六千天年，那里的一天相当于人间的一千六百年。

或者说，上一层天的天寿是下一层天的两倍，时间单位也是两倍，因此，这些天人的天寿都以四倍递增，即上一层天是下一层天的四倍。

高等天人通常都不喜欢到人间来。在《长部·巴亚西经》(Pāyāsi suttaṃ)中讲到一个故事：当时有一个坚持断灭见的人叫巴亚西(Pāyāsi)，他既不相信过去未来世，不相信有化生有情，也不相信因果业报。有一次，他找童子咖沙巴(Kumārakassapa)尊者辩论。

巴亚西说："我有亲戚朋友是行善者，在他临终前我去找他说：'那些沙门、婆罗门说行善者死后能投生善趣、天界。你是行善者，假如那些沙门、婆罗门所说的是真的，你死后将能投生善趣、天界。假如你投生到天界后，一定要回来告诉我，那么我就会相信有三世因果。'他也答应我了，但是至今都没有见过他回来或派人来，所以没有未来世，没有化生有情，也没有因果业报。"

童子咖沙巴尊者回答："好像一个人掉进粪坑，好不容易被人救上来，为他擦洗干净后，穿上洁净华丽的衣服，再以香水、花鬘装饰一番，并请他登上殿楼享乐，他是否

还愿意再次跳进粪坑？同样地，人界对诸天来说是不净之又不净，恶臭之又恶臭，肮脏之又肮脏，厌恶之又厌恶，人的臭气上冲天界一百由旬，你的亲戚朋友为什么还会想回来告诉你呢？即使他想到要回来告诉你，但人界的一百年等于三十三天的一昼夜，三十昼夜为一个月，十二个月为一年，而一千天年是三十三诸天的寿量。若你的亲戚朋友投生到天界后想：'让我先享受三十三天界的五欲后再去告诉巴亚西吧！'当他想到回来告诉你的时候，你已经死去很久了。"(D.23)

所以，天人除非是命终，或者福报享尽而再投生来人间，否则他们一般都不喜欢前来人间，特别是那些高级的天人。同时，由于诸天的福报和欲乐通常都比人类殊胜、微妙。天人看到人类为了争夺名利、权力、钱财、男人、女人，就好像我们看着一群乌鸦在争吃老鼠的尸体一样。

天界也是等级森严的。在《鬼故事 •安古拉鬼的故事》中提到两位天神——因达咖(Indaka)和安古拉(Aṅkura)。当佛陀证悟后的第七年雨安居在三十三天开示"阿毗达摩"时，这两位天神都去参加听法，他们到达比较早，坐在前面。然而，一旦有更高级的天神前来，安古拉就要往后退，而因达咖则安坐原位不须退让。随着前来听法的高级天神愈来愈多，安古拉一直退到十二由旬之遥。这说明诸天有等级之分，大的天神到来，小的天神就要让位。

天界众生虽然容颜漂亮，寿命漫长，快乐殊胜，但只要他们还有欲乐，必定会伴随着不善心，会有妒忌、嗔恨等。例如缅甸的传说讲到天众们曾争相追求一个美丽的天女的故事。

较低等的天神又分为空居天和地居天：空居天的宫殿、住所建造于空中，不需要依大地而立；地居天是指依大地、山川、森林居住的天神。地居天相对比较低等，多数是四大王天的眷属，大威力的地居天也统治着较大的区域，例如大山的山神、地区的守护神。华人所相信、崇拜的城隍、土地公、门神、灶神等，多数属于居住在城镇、村落、屋舍中等级较低的地居天（有些也属于大力鬼）。如果居住在山林或树上，则称为山神、树神。

许多低等的天神、亚卡（夜叉），以及大量的鬼类多数都和人类同住在一个世间。民间所谓的请神、附体和扶乩，其实都是和这一类鬼神打交道，因为高等天人不可能附着肮脏的人身。有些民间术士和宗教信徒喜欢念咒，根据印顺法师的研究，咒语与夜叉语有关（见《印度佛教思想史》第十章）。念咒容易招请非人、夜叉来为人服务，满足持咒者的欲望，使持咒者拥有鬼通或其他特殊能力，这也是不足为奇的。

如果我们对佛法僧三宝有信心，就不应该去沾惹鬼神这一类东西。俗话说得好：“请神容易送神难。”虽然你可

以招请非人、亚卡来帮你轻易获得眼前的利益，但未来还是要付出因果代价的。你可以通过借高利贷迅速发财，但所欠的债始终是要偿还的。在福报强时，你可通过驱役鬼神而得逞，当福报弱时，鬼神就不会轻易放过你！

地狱、畜生、鬼、阿苏罗、人和天这六趣都是有情的生存状态。在如此部类众多的有情当中，人类的肉眼只能看见人和大部分的畜生，其他的有情都无法看见。有些畜生也是肉眼看不见的：极大的畜生，如龙、金翅鸟等；极小的畜生，如微小的寄生虫等。人类肉眼只能看到一般形态的畜生，因为畜生的色法比较粗显。

地狱有情、鬼类、某些畜生、阿苏罗及天众是人类肉眼看不见的，除非他们有意显现给人看。当然，拥有天眼通的人可以看到这些众生。

人类眼睛所能看到的范围是极其有限的。虽然说眼睛看见的是颜色和光，但是光分为不同波长的光波，我们只能看到常规的光，有些光是看不见的，例如红外线、紫外线。耳朵也是如此，耳朵可以听到常规的声音，但是超声波就听不到。人类感官能认知的范围是很有限的，许多客观存在的事物我们都看不见、听不到。我们不能因为自己看不见、听不到，就武断地否定他们的存在，就像先天的瞎子看不见青黄红白、日月星辰，就武断地否定它们的存在一样。

八、色界十六地

色界天依禅那分为四种：初禅天、第二禅天、第三禅天和第四禅天。如果一个人证得某种色界禅那，而且在他临终时都没有因为放逸而退失，仍然有能力入禅，当他死后就能投生到色界，成为色界梵天人。

在这四种色界天中：拥有初禅者死后可投生到初禅天；拥有第二禅（论教法的第二禅、第三禅）者死后可投生到第二禅天；拥有第三禅（论教法的第四禅）者死后可投生到第三禅天；拥有第四禅（论教法的第五禅）者死后可投生到第四禅天（广果天）。然而，一切不来圣者命终后必定投生到色界或无色界天。

虽然说欲界天人的福报也是很殊胜、高等的，但是他们的快乐往往夹杂着贪染，还有饮食、男女、感官的快乐。梵天人的身体很光明，享受的快乐也很清净，只是纯粹的喜与乐，是内心的快乐，即禅悦或禅乐。

梵天人（除了无想有情天）只有眼门和耳门心路生起，鼻门、舌门、身门心路都不会生起。所以他们不会闻到香或臭气，不需要吃东西，也没有任何身体的触觉，他们纯粹只是享受内心的宁静快乐。

色界梵天人与欲界天人不一样，欲界天人比较喜欢聚众游玩，而梵天人比较喜欢宁静，毕竟他们是通过培育禅那而投生色界梵天的。

色界可分为十六地，初禅、第二禅、第三禅各有三地，第四禅有七地。

第一、初禅天

初禅天三地分别是：

1. 梵众天(Brahmapārisajja)；

2. 梵辅天(Brahmapurohita)；

3. 大梵天(Mahābrahma)。

这三种梵天众分别由培育了不同程度的初禅的禅修者投生的。如果培育初禅到下等程度的人，死后将可投生到梵众天。如果培育初禅到中等程度的人，将可以投生到梵辅天。如果培育初禅到上等程度、定力深厚的人，将可以投生到大梵天。

色界天众的寿命也是不同的。初禅三地中，梵众天的寿元是三分之一中劫，梵辅天的寿元是二分之一中劫，大梵天的寿元是一个中劫。

古代婆罗门教认为人类是由大梵天创造的，婆罗门种姓由大梵天之头而生，刹帝利种姓由大梵天之肩臂而生，吠舍种姓由大梵天之腿而生，首陀罗种姓由大梵天之脚而生，所以婆罗门是天生的高等种姓，天生享有神圣的特权。

但是，佛陀不认同这种神话。佛教中的梵天只是众生之一，大梵天天主名叫萨汉巴帝(Sahampati)。萨汉巴帝在

过去咖沙巴佛(Kassapa)时期是一位名叫萨哈咖(Sahaka)的比库，在那一生他证得了第三不来果。由于他特别精于初禅，命终后投生到初禅大梵天。因为他当年名叫萨哈咖(Sahaka)，所以投生到大梵天后名叫萨汉巴帝(Sahampati)。

萨汉巴帝梵天王是佛教的大护法。佛陀当年在菩提树下觉悟后，看到世间众生都陷于无明、沉迷欲乐、执著邪见，而他所证悟的法是甚深难知的，所以不想说法。萨汉巴帝知道佛陀的这种想法，立刻从梵天界下来，三次劝请佛陀说法。经过他的三次劝请，佛陀再观察众生，终于答应大梵天王的劝请，开始说法度人。

又如佛陀在三十三天讲完阿毗达摩，从天界下来到桑咖沙(Saṅkassa)的时候，大梵天王也陪同佛陀一起下来。萨汉巴帝大梵天在很多场合都护持佛法。



萨汉巴帝被认为是此轮围界中最崇高的大梵天神(Jeṭṭhaka-mahābrahma)，受到古印度婆罗门教的普遍礼敬和崇拜。泰国很多庙宇中供奉的四面四臂护法神像，据说就是这位大梵天萨汉巴帝。

第二、第二禅天

第二禅天也分为三地：

1. 少光天(Parittābha)；
2. 无量光天(Appamāṇābha)；
3. 光音天(Ābhassara)。

这三种天的天众分别由培育了不同程度的第二禅（论教法的第二禅、第三禅）的禅修者投生的。

如果培育第二禅到下等程度的人，死后将能投生到少光天；培育到中等程度的人，将能投生到无量光天；培育到上等程度的人，将能够投生到光音天。

第二禅三地的寿元也不同，少光天的寿元是两个大劫，无量光天的寿元是四个大劫，光音天的寿元是八个大劫。

由此可见，虽然在修行时从初禅上升到第二禅可能很容易，但是，由初禅和第二禅禅心所带来的果报之差别是多么大！同时，禅修者只要在临终时进入第二禅，他下一生投生到第二禅梵天时，其寿命之长相当于世界毁灭又生成好几次。从梵天人寿元的数字可以知道，即使是同一禅那的不同程度，其所带来的福报也有很大的差别。

所以，入禅的心是广大心，这种心很强有力，很殊胜，所带来的果报自然也很殊胜。

第三、第三禅天

第三禅天也有三地：

1. 少净天(Parittasubha)；

2. 无量净天(Appamāṇasubha)；

3. 遍净天(Subhakiṇha)。

这三种天的天众分别由培育了不同程度的第三禅（论教法的第四禅）的禅修者投生的。如果培育第三禅到下等程度的人，死后将可投生到少净天。如果培育第三禅到中等程度的人，将可以投生到无量净天。如果培育第三禅到上等程度、定力深厚的人，将可以投生到遍净天。

少净天的天寿是十六大劫，无量净天的天寿是三十二大劫，遍净天的天寿是六十四大劫。

第四、第四禅天

第四禅梵天可分为三地，或分为七地：

1. 广果天(Vehapphala)；

2. 无想有情天(Asaññasatta)；

3. 净居天(Suddhāvāsa)。

一切培育证得第四禅且维持至临终不退失的凡夫，以及某些圣者将可以投生到广果天。作为凡夫，无论他证得哪种程度的第四禅，只要其禅那在临终时保持不退失，他将能投生到广果天。

无想有情天是培育无想定的外道投生之地。无想定是

一种外道定。有些人认为："我为什么会受苦呢？因为有心、有想，所以才会受苦；没有心想，就不会有痛苦。"于是，他们怀着极其厌离"想"的心来培育第四禅，由于其定力可以把心想中断，因而成就无想定。这些外道认为无想定就是涅槃，以为心想完全断尽就是最高的境界。其实，他们并不了解只是通过强有力的定力把心流暂时中断而已。只要烦恼未断，生死轮回就不可能终结。

因此，投生到无想有情天的天人属于色结生，他们没有结生心，整个生命只是一堆时节生色和命根九法聚，连心生色都没有。他们在那里熬过了五百大劫，死后又再投生到欲界继续轮回。

净居天是第三果不来圣者的投生之地，一切凡夫和初果、二果圣者都不能投生到净居天。净居天又可分为五种，称为"五净居天"，分别是：

1. 无烦天(Aviha)；
2. 无热天(Atappa)；
3. 善现天(Sudassa)；
4. 善见天(Sudassī)；
5. 色究竟天(Akaniṭṭha)。

不来圣者依诸根的强弱来决定其投生之地：信根强者投生到无烦天，精进根强者投生到无热天，念根强者投生到善现天，定根强者投生到善见天，慧根强者投生到色究竟天。

五净居天只有两类圣者：一、不来圣者；二、投生到此处后才证得漏尽的阿拉汉圣者。菩萨在漫长的轮回中虽然曾经证得禅那，也经常投生到色界梵天或无色界梵天，但却从来不曾投生到净居天。

《长部·大传记经》(Mahāpadāna suttaṃ)中记载，有一天，佛陀在独处禅坐时想："彼有情居善得之色，在过去漫长的轮回中没有我未曾居住过的，除了净居诸天。且让我去净居天吧！"于是运用神通到了净居天。那里的数千万梵天人前来礼敬佛陀，分别讲述了过去九十一大劫以前维巴西佛(Vipassī)出现时的情况，过去三十一大劫以前西奇佛(Sikhi)和韦沙菩佛(Vessabhu)两位佛陀出现的情况，以及现在贤劫(Bhaddakappa)的咖古三塔佛(Kakusandha)、果那嘎马那佛(Konāgamana)、咖沙巴佛(Kassapa)和果德玛佛(Gotama)出现的情况。那些梵天众分别是这几位佛陀的弟子，在证得不来果后投生到净居天。佛陀听了那些梵天人的讲述之后，再回来为比库们讲这部经。(D.14)

在第四禅天七地中，广果天的寿元是五百大劫，无想有情天的寿元也是五百大劫，无烦天的寿元是一千大劫，无热天的寿元是二千大劫，善现天的寿元是四千大劫，善见天的寿元是八千大劫，色究竟天的寿元是一万六千大劫。

九、无色界四地

无色界天也分为四种，但是与色界天稍有不同：色界天依照四种禅那分为十六地，而无色界天只是依照培育的定力分为四地。

如果禅修者培育了空无边处定，他将能投生到空无边处天(Ākāsānañcāyatana)，那里的寿元是两万大劫。

如果培育了识无边处定，将能投生到识无边处天(Viññāṇañcāyatana)，那里的寿元是四万大劫。

如果培育了无所有处定，将能投生到无所有处天(Ākiṇcaññāyatana)，那里的寿元是六万大劫。

如果培育了非想非非想处定，将能投生到非想非非想处天(Nevasaññānāsaññāyatana)，那里的寿元是八万四千大劫。

十、广大果报心

在二十七广大心中，有九种果报心，其中五种是色界果报心，四种是无色界果报心。

五色界果报心是：

１、初禅三地诸天的结生心、有分心和死心都只有一种，即初禅果报心。

２、第二禅三地诸天的结生心、有分心和死心有两种，

即第二禅和第三禅果报心。

３、第三禅三地诸天的结生心、有分心和死心只有一种，即第四禅果报心。。

４、广果天及五净居天六地诸天的结生心、有分心和死心也只有一种，即第五禅果报心。

５、无想有情天众没有果报心，只是色结生，纯粹只是一堆有生命的色法在那里维持五百大劫。

四无色界果报心是：

1、空无边处天所有梵天人只有一种世间果报心，即空无边处果报心。

2、识无边处天所有梵天人也只有一种世间果报心，即识无边处果报心。

3、无所有处天所有梵天人也只有一种世间果报心，即无所有处果报心。

4、非想非非想处天所有梵天人也只有一种世间果报心，即非想非非想处果报心。

这里的世间果报心是指结生心、有分心和死心，它们同属一种心。由于无色界梵天人没有五门心路，所以不会生起其他所有的世间果报心。当然，如果无色界梵天人已经证得了某种道果，他们还可以生起与其果位相应的出世间果心。

图表28：三十一界

生存地	三十一界			寿元
无色界四地		31	非想非非想处	84,000 大劫
		30	无所有处	60,000 大劫
		29	识无边处	40,000 大劫
		28	空无边处	20,000 大劫
色界十六地	第四禅	27	色究竟天	16,000 大劫
		26	善见天	8,000 大劫
		25	善现天	4,000 大劫
		24	无热天	2,000 大劫
		23	无烦天	1,000 大劫
		22	无想有情天	500 大劫
		21	广果天	500 大劫
	第三禅	20	遍净天	64 大劫
		19	无量净天	32 大劫
		18	少净天	16 大劫
	第二禅	17	光音天	8 大劫
		16	无量光天	4 大劫
		15	少光天	2 大劫
	初禅	14	大梵天	1 中劫
		13	梵辅天	1/2 中劫
		12	梵众天	1/3 中劫
欲界十一地	欲善趣地	11	他化自在天	16,000 天年
		10	化乐天	8,000 天年
		9	喜足天	4,000 天年
		8	亚马天	2,000 天年
		7	三十三天	1,000 天年
		6	四大王天	500 天年
		5	人	不定
	恶趣地	4	阿苏罗	不定
		3	鬼	不定
		2	畜生	不定
		1	地狱	不定

这三十一界有情生存、轮回的地方,称为“有情世间”。在这三十一界中,净居天只是不来与阿拉汉圣者所居之地,四恶趣和无想有情天无圣者,其余诸地皆是凡圣共居之地。

第十九讲、空间世间

一、轮围世界

讲了六趣三十一界的有情世间之后，接着再来讲空间世间(okāsaloka)，也就是我们所处的这个物质世界。

根据佛教古老的传说，众生所居住的世界称为“轮围”(Cakkavāḷa)。轮围界的长宽都是 1,234,050 由旬，周围是 3,601,035 由旬。厚度为 240,000 由旬的大地由水支持着，深度为 480,000 由旬的水由风支持着，而厚度为 960,000 由旬的风下面则是虚空。

世界的最高峰是须弥山(Sineru, Sumeru)，它上升于海面与在海底的部分皆为 84,000 由旬。须弥山由内向外依次是持双山(Yugandhara)、持轴山(Īsadhara)、杜鹃山(Karavīka)、善见山(Sudassana)、持边山(Nemindhara)、象鼻山(Vinataka)和马耳山(Assakaṇṇa)七座大山，它们上升海面与在海底部分的高度，也由须弥山的高度依次一半一半地递减。这七座山围绕着须弥山，为种种天宝装饰着，是四大王天、诸地居天和亚卡们的住所。雪山(Himavanta，喜马拉雅山)高为 500 由旬，纵横 3,000 由旬，有 84,000 座山峰。

日轮(Sūriyamaṇḍala)和月轮(Candamaṇḍala)交替照耀着轮围世界。在须弥山顶，是纵广 10,000 由旬的三十三天。须弥山的四周围有四大洲，它们分别是：东胜身洲(Pubbavideha)、南瞻部洲(Jambudīpa)、西牛货洲(Aparagoyāna)、北古卢洲(Uttarakuru)，每一大洲又各有五百小岛围绕着。其中，东胜身洲形状如半月，有 7,000 由旬；南瞻部洲形状如车，有 10,000 由旬；西牛货洲形状如镜子，有 7,000 由旬；北古卢洲形状如榻，有 8,000 由旬。各大洲及其附近岛屿上的居民脸型亦各如其大洲之形。

轮围界的最外沿是轮围石山(Cakkavāḷasiluccaya)，它上升于海面与在海底的部分皆为 82,000 由旬，将整个轮围界团团围住。这一切构成了一个轮围界，亦即一个世界(lokadhātu)。(Vm.137)

在无尽的虚空中，有无量无数像这样的轮围界，有无量无数像这样的世界。当菩萨的最后一生入母胎、诞生时，一万个轮围世界发生震动，因此，这一万个轮围世界合称为“诞生刹土”(Jātikhetta)。当如来证悟无上正自觉、初转法轮、舍弃寿行、般涅槃等时，这一万个轮围世界也发生震动。当如来在巴拉纳西仙人落处的鹿野苑初转法轮、在三十三天讲授阿毗达摩等时，也有一万个轮围世界的天人、梵天人前来听闻佛法。

二、世界周期

世界只要有产生、存在，必定会毁灭，这是定法！世界的产生、存在、毁坏和最后灭尽，是一个很漫长但又周而复始的过程，在这个过程中的不同时间周期称为“劫”(kappa)。

“劫”(kappa)是梵语 kalpa 的古音译，为一种时间单位，又作时间周期。有四种劫：

1．寿元劫(āyukappa)；

2．中间劫(antarakappa)，又作小劫；

3．无数劫(asaṅkheyyakappa)，又作中劫；

4．大劫(mahākappa)。

在世界之初，人的平均寿元是无数岁，每过一百年减一岁……一直减到十岁，然后又从十岁开始，每过一百年增一岁……一直增到无数岁。在此增减的过程中，人类在当时的寿元称为“寿元劫”。例如佛陀在世时人的寿元是 100 岁，现在人的寿元是 75 岁。如此一增一减的时间周期称为中间劫(antarakappa)；二十个中间劫（或作六十四个中间劫）等于一个无数劫(asaṅkheyyakappa)；四个无数劫等于一个大劫(mahākappa)。

《增支部・第四集・劫经》里讲到有四种无数劫：

1．坏劫(saṃvaṭṭa-kappa)：世界毁坏所需经过的漫长时间。

2．坏住劫(saṃvaṭṭaṭṭhāyī-kappa)：世界毁灭后一段漫长的空无时间，北传也称为“空劫”。

3．成劫(vivaṭṭa-kappa)：世界产生、形成的一段漫长时间。

4．成住劫(vivaṭṭaṭṭhāyī-kappa)：世界形成之后维持、存在的一段漫长时间。(A.4.156)

这四种劫又可称为成、住、坏、空劫，是一个世界从产生到完全毁灭的漫长时间。这段漫长的时间即是一个大劫。一个大劫到底有多漫长呢？

有一次，一位比库问佛陀：**“尊者，一劫到底有多长呢？”**

佛陀回答说：**“比库，一劫很长，不容易用一年、一百年、一千年、十万年来计算。”**

“尊者，可以打个比喻吗？”

“可以的，比库。比库，犹如一座大岩石山，长一由旬（约 11 千米，7 英里），**宽一由旬，高一由旬，为无裂缝、无空隙的一硬块。假如有人每过一百年用咖西布来擦拭一次，比库，用这种方法把那座大岩石山擦尽、毁尽还更快，而不是一劫。比库，一劫就这么漫长。比库，如此漫长的诸劫，并非只轮回一劫、轮回一百劫、轮回一千劫、轮回十万劫，其因为何呢？轮回无始故。”**(S.2.128)

或如一座长、宽、高皆为一由旬的铁城，里面堆满了芥子。假如有人每过一百年来取一粒芥子，用这种方法直

到把那大芥子堆取完、拿尽还更快，而不是一劫。一劫就是这么漫长！(S.2.129)

三、世界之初

世界未生成之时，宇宙是一片黑暗的虚空。如此经过一段漫长的时间，虚空出现大云，当云愈聚愈密时，开始下起小雨。雨愈下愈大，依次像莲花茎、像杖、像杵、像棕榈树干一样大的水柱，直到充满一万亿个轮围世界中一切被上一劫劫火烧尽的地方，大雨才停止。

在那水的下面和四周起了大风，把水凝聚成一个圆团，就好像睡莲叶上的水珠一样。为什么能把那么大的水聚凝成圆团呢？因为水里有空隙，风吹进空隙，由风的凝聚作用而凝成一团。当水减退时，开始慢慢地往下降。当水降落到原来梵天界的地方时，形成了梵天界；降落到上面的四种欲界天居住的地方时，形成诸天界。随着水团继续往下降，于是出现了须弥山，出现了地居天所住的地方，出现了大地。

当水降落到地上的时候，生起了强烈的风。当风停止之后，水就不再流动了，犹如装在塞住口的水瓮中的水一样。当甘甜的水(madhurodaka)减退之后，在其上面长出了地味(rasapathavī)，它具备色、香、味，犹如不冲水的牛奶粥上面的膜一样。

那时，有些先前投生到第二禅光音天梵天界的众生由于寿尽或者福尽，从光音天死后投生到这里。那时候还没有太阳，他们以喜为食，自己身体能放出光明，在虚空中自由地飞翔，如是在漫长的一段时间都维持着这种状态。

之后，又有更多的光音天梵天人寿尽或福尽，也投生到这里，这些人称为劫初之人。他们是世界刚形成时的人，不需要父母，只是由意所成，也就是化生。那时，宇宙还是一片黑暗，人们既不知日月，也不知星辰，既不知昼夜，也不知季节，既不知男人，也不知女人。

后来，有些比较贪玩的人看到地味，好奇地想："这是什么东西？"于是用手指抹来尝一尝，发现这些东西很好吃，尝了第一口之后，再尝第二口、第三口……当他们吃了地味之后，开始陷入贪爱。其他人看到这些地味很好吃，也争相效仿，于是他们也开始陷入贪爱。

由于贪欲生起，他们身上的光明慢慢消失了。天地间成一片黑暗，他们在黑暗之中感到恐惧、怖畏，于是出现了大日轮。他们看见太阳，欢喜和满意地说："我们获得了光明，它消除了我们的恐惧和怖畏，让我们产生和拥有勇气，所以叫'太阳'。"勇气的巴利语为 sūrabhāva，所以"太阳"(Sūriya)即源于勇气。

当太阳在白天照耀之后西下，天地间又成一片黑暗，他们又感到害怕，于是这样想："假如我们能获得另外的光明，那该多好啊！"就好像知道他们的心想一样，月亮

出现了。他们看到后更加欢喜和满足地说："就好像知道我们的意欲(chanda)一样出现，所以叫'月亮'(Canda)。"于是他们把它叫做月亮。

太阳和月亮出现之后，开始有了白天与黑夜之分，然后又根据月亮的圆缺，区分半个月、一个月、季节和年等等。

当日月出现的时候，须弥山、轮围界、雪山等也出现了。为什么呢？好像稷饭煮熟时所起的种种泡，有的高，有的低，有的平。同样地，在这大地上高处是山，低处是海，平坦的地方是洲。如此，世界生成了。(D.27; Vm.406)

四、社会的形成

那个时候的人们享用甘美的地味，以它为食物，这样经过一段漫长的时间。慢慢地，他们的身体变得愈来愈粗糙，容貌也开始发生变化，有些变得美丽，有些变得丑陋。那些长得美的人因为自己的美丽而产生傲慢，并轻蔑长得丑陋的人。因为傲慢的缘故，甘甜的地味消失了。

地味消失之后，出现了地蕈(bhūmipappaṭaka)。这些地蕈就好像蘑菇一样，同时也具有颜色、香、味，如同刚做好的酥油或生酥，又如野蜂蜜般纯净。那时的人们开始享用地蕈，以地蕈为食物。这样经过一段漫长的时间，他们的身体变得更加粗糙，美丽的变得愈来愈美丽，丑陋的

变得愈来愈丑陋。那些美丽的人轻蔑丑陋的人。因为傲慢的缘故，地蕈也消失了。

地蕈消失后，出现了像蔓草一样的足蔓(padālatā)，它们也具有颜色、香、味，如同刚做好的酥油或生酥，又如野蜂蜜般纯净。那时的人们享用这种足蔓，以它为食物。这样经过一段漫长的时间，他们的身体变得更加粗糙，美丽的变得愈来愈美丽，丑陋的变得愈来愈丑陋。那些美丽的人轻蔑丑陋的人。因为傲慢的缘故，足蔓也消失了。

足蔓消失之后，大地生长出一种无需耕种的熟米(akaṭṭhapākasāli)，这是一种没有糠、没有麸皮、清香甘甜的稻米籽实。人们晚上采集它，第二天早上又自然生长出来；若是早上采集它，到晚上又生长出来。那时的人们不用耕种，只是享用这些大地生长出来的粮食。

人们吃了这些粗粮之后，身体变得更加粗糙，并产生大小便。为了排泄，于是出现了排泄口。男人出现男根，女人出现女根。女人长时注视男人，男人也长时注视女人。他们彼此注视思念，于是产生贪爱，身体陷入热恼，因为热恼的缘故，他们开始行淫欲法（性交）。当人们看到他们在行淫欲法，有人用灰、有人用泥块、有人用牛粪丢他们，骂道："消失吧！不净。消失吧！不净。人对人怎么可以做这样的事情！"

当时那些被认为是非法的事情，在今天却被认为是合法的。当时那些行淫欲法者在一个月或两个月之内不被允

许进入村庄和城镇。但是他们既然行淫欲法后，就想经常这么做，于是他们开始建造家室，这样可以躲在家里做。

当时，有些生性懒惰的人想："我为什么要这么辛苦呢，晚上采集米晚上吃，早上采集米早上吃，我为何不一次就把足够早晚吃的米采集回来？"于是他们把足够早餐和晚餐吃的熟米一次采集回家中。到了要去采集粮食的时候，其他邻居招呼说："来吧！朋友，我们一起去采集熟米吧！"他们回答："朋友，够了，我已经把足够早晚吃的米采集回来了。"其他人听了之后，觉得此法可行，于是他们一次采集回来足够吃两天的熟米，有人采集四天之量、八天之量……人们愈来愈懒惰，并开始屯积粮食。

人们食用屯积的粮食，于是谷糠开始包住米实，麸壳包住米实，地里的庄稼收割了就不再生长。粮食不能满足人们的需要，于是他们开始分稻米、划田地。

之后，有些生性贪婪的人不安分于自己的部分，更去偷拿别人的粮食，于是开始有了盗贼。当人们抓到小偷后，呵责他："朋友，你做了恶事，你守护自己的部分，还要去拿别人的部分。朋友，你以后不能这样做！"并把他放了；可他依然故我，第二次被抓住时，人们呵责后又放了他；第三次再捉到他的时候，有人用拳头打他，有人用土块打他，有人用棍棒打他。于是，世间开始有了偷盗、呵责、虚妄语、争斗等丑恶现象，道德从此走向堕落。

人们集合在一起商量："朋友们！现在人群中已经出

现了恶法，开始有了偷盗、呵责、虚妄语、争斗等现象。让我们选出一个人来，他可以嫌斥该嫌斥者，呵责该呵责者，驱赶该驱赶者，然后我们都给他一份粮食吧。”

于是，他们在众人之中选出一位端正、英俊、庄严、有大威望的人作为领袖。因为这位领袖是由大众选举出来的，故称为“大选君”(Mahāsammato)；又因他是田地(khetta)的主人，故称为“刹帝利”(Khattiya)；又因他依法带给人们喜乐(rañjeti)，故称为“王”(rājā)。

如此，众人中产生了刹帝利，也随着社会的分工而产生了婆罗门、吠舍、首陀罗等不同的阶层，如此的社会一直延续至今。(D.27; Vm.406)

随着人们贪欲的增长，环境变得愈来愈恶劣，人们的身体也变得愈来愈粗陋，人与人之间的区别也愈来愈大。随着道德的衰落，人寿也愈来愈短，福报也愈来愈低。

五、世界为火所坏

世间有生成，必定会毁坏，毁坏之后因缘和合又会再生成。所有世间就是这样不断地生而又灭、灭后复生。

世界会被三种所毁坏：

１．火所坏(tejosaṃvaṭṭa)：当世界为火所坏的时候，光音天以下的初禅天和第二禅的少光天、无量光天，全部都被劫火烧尽。

２．水所坏(āposaṃvaṭṭa)：当世界为水所坏的时候，遍净天以下的所有世间都被劫水所淹没、毁坏。

3．风所坏(vāyosaṃvaṭṭa)：当世界为风所坏的时候，广果天以下的所有世间都被劫风所毁坏。

世界是如何被毁坏的？

在一段漫长的时间里，世界一直存在着，人类、众生也都生机盎然地生活着。当世界将要被劫火毁坏的时候，天空中开始生成劫灭的大云，并在一万亿个轮围世界下了一场大雨。

人们感到满意、欢喜，纷纷拿出所有的种子来播种，但是当谷类长到可以给牛吃的程度，虽然雷声轰鸣，但是一滴雨也不下。

因为这是世界的最后一场雨，从此以后，天再也不下雨了。正如世尊在《增支部·第七集·七个太阳经》(Satta-sūriya suttaṃ)中说：

“诸比库，到了那时，有许多年，许多百年，许多千年，许多百千年，天不下雨。”(A.7.66)

由于天不下雨，依赖雨水生活的有情死后投生到梵天界，依花果生活的天神也是这样。这样经过一段漫长的时间，到处的水都干枯了，连鱼虾都死了，它们也投生到梵天界，连地狱的众生也投生到梵天界。

有人会问：“没有禅那不可能投生梵天界。劫末的众

生为饥饿所逼迫，怎么能够证得禅那？怎么能够投生到梵天界呢？”他们先投生到欲界天之后修习禅那，然后才投生到梵天界的。

那时，有位名叫洛咖比郁哈(Lokabyūhā)的欲界天人，他知道再过百千年后劫将毁灭。于是，他披头散发，穿着红色衣服，哭着用手擦着泪，装着极怪异的样子走在人行道上叫喊：“诸位啊！再过百千年后劫将毁坏，这个世间将毁灭，大海将干枯，连大地和须弥山王都要被劫火烧尽而灭亡，直到梵天界的世间都将会灭亡。诸位啊，你们赶快修慈吧！诸位啊，你们赶快修悲、修喜、修舍吧！你们要孝顺父母，尊敬族中的长辈！”

听到这些话，大部分人和地居天人都感到害怕，开始彼此生起柔软心，积累慈爱等福德。他们这样做后，死后投生到天界。在那里食用天界的美食，依风遍而证得风遍禅那，然后由欲界天投生到梵天界。其他的众生则以后后受业的缘故投生到天界，因为在漫长的轮回中，完全没有后后受业的众生是不存在的。他们也在天界证得禅那。如此，一切众生在天界证得禅那，并都投生到梵天界中。

自从断雨之后，又经过一段漫长的时间，天空中出现第二个太阳。那个时候，大地干枯，所有众生都死了，大地上已经没有生命了。既没有白天，也没有黑夜，一个太阳沉没，另外一个太阳升起，大地不停地被灼热的阳光照射着。正常的太阳运行时，天上有云雾流动。但劫灭的太

阳运行时，天上没有任何云雾，天空纯净得就像一面镜子，没有任何尘埃。除了五大河之外，其余的小河皆已枯竭。

又经过一段漫长的时间，第三个太阳出现了。当第三个太阳出现时，连五大河都干枯了。

又经过一段漫长的时间，第四个太阳出现了。因为第四个太阳的出现，连雪山中的所有大河源头也干枯了。

又经过一段漫长的时间，第五个太阳出现了。因为第五个太阳的出现，大海也干枯了，连一滴可以滋润手指头的水也没有。

又经过一段漫长的时间，第六个太阳出现了。因为第六个太阳的出现，整个轮围世界变成一团烟，烟吸干了一切水份。不仅是我们这个世界，乃至一万亿个轮围世界也是这样。

又经过一段漫长的时间，第七个太阳出现了。因为第七个太阳的出现，整个轮围世界，乃至一万亿个轮围世界皆变成一团火焰，大地和须弥山峰等也被焚烧而毁灭消失在空中。火焰一直上升到四大王天，烧毁原来四大王天所居住的黄金宫、宝宫和摩尼宫。劫火继续往上烧，烧毁了三十三天、亚马天、喜足天、化乐天、他化自在天，然后又烧毁了梵众天、梵辅天、大梵天三个初禅梵天界，烧毁了第二禅的少光天、无量光天，一直烧到光音天为止。只要光音天以下的世界还有一微尘的物质存在，劫火就不会停止。直到一切物质都被完全烧尽，劫火才如烧酥油的火

焰一般不留余灰地熄灭了。一切诸行皆归于灭尽，下面的虚空和上面的虚空皆成一大黑暗。(Vm.405)

从劫初的大云生成开始，到日月出现这段漫长的时间为一个无数劫，称为“成劫”。

从日月出现开始，直到再起劫灭的大云这段漫长的时间为一个无数劫，称为“成住劫”。

从劫灭的大云生成开始，直到世界被完全烧尽这段漫长的时间为一个无数劫，称为“坏劫”。

从劫火熄灭开始，直到虚空出现劫初的大云这段漫长的时间为一个无数劫，称为“坏住劫”。

这四个无数劫合为一个大劫。如此，成住坏空是世间的客观规律，而一个大劫即是一个世界从生至灭的周期。(Vm.406)

六、世界为水所坏

世界被劫火烧尽之后，经过一段漫长的时间又再生成，之后又被劫火烧尽，这样连续七次被火所毁。

当世界将要被水所毁灭的时候，同样地生成劫灭的大云等等，和为火所坏时一样。不同之处在于：当第二个太阳出现之时，在此则产生了劫灭的碱水大云。刚开始时只是下起细雨，慢慢地越下越大，乃至一万亿个轮围世界都

被水所淹没。那些碱水有很强的腐蚀性，碱水所过之处，一切大地、山川、岩石、金属都被溶解掉了。这些水的周围被风支持着，从大地开始一直淹到第二禅天。

第二禅天的少光天、无量光天和光音天也被淹没了。但水并没有停止，还在继续上升，淹没了第三禅天的少净天和无量净天，一直到遍净天为止。被这劫水所淹没的地方，只要还有一微尘的物质存在，水就不会停止，直到把所有物质完全消融掉，水才慢慢退去。此后，下面的虚空和上面的虚空皆成一大黑暗。

当世界为劫火所坏时，烧尽了第二禅光音天以下的世界。但劫水的破坏力更强，第三禅遍净天以下的世界都被水溶解掉了。

世界又成为一片虚空，经过一段漫长的时间，又生起世界之初的大云，和先前讲到的一样。不同之处是：在此是以光音天梵天界为最初出现的世界，并由第三禅遍净天人因为寿尽或福尽而投生为光音天有情等。(Vm.407)

七、世界为风所坏

当世间将要被风所毁灭时，同样地生成劫灭的大云等等，和为火所坏时一样。不同之处在于：当第二个太阳出现之时，在此则起了劫灭之风。刚开始时风吹起粗的尘，然后吹起细尘、细沙、粗沙、石子、大石，乃至连楼房一

样大的岩石、和生长在不平之处的大树都被吹了起来。大风把大地上所有的东西都刮到空中，便不再落下，它们都在空中互相碰撞，碎为微尘，乃至消失殆尽。

那个时候，从大地的下方又吹起大风，整个大地被风上下翻转过来并抛到空中，大地被破坏成一块一块，有些一百由旬那么大，有些两百由旬、有些三百由旬、有些四百由旬那么大，它们在空中互相碰撞，碎为微尘，乃至消失殆尽。大风把轮围山、须弥山都抛到空中，它们互相碰撞，碎为微尘，乃至消失殆尽。像这样毁灭了地居天的宫殿、空居天的宫殿和六欲天界。不仅仅我们这个轮围世界是这样，连百千万亿个轮围世界都是这样。轮围山与轮围山、雪山与雪山、须弥山与须弥山互相碰撞，碎为微尘，乃至消失殆尽。从大地到第三禅天全部都被大风摧毁，一直到第四禅的广果天为止。只要在广果天以下还有一微尘的物质，风就不会停止，直到把所有物质都完全摧毁掉，风才慢慢停止。此后，下面的虚空和上面的虚空皆成一大黑暗。

这样经过一段漫长的时间，又生成世界之初的大云，和先前讲到的一样。不同之处是：在此是以遍净天梵天界为最初出现的世界，并由广果天人因为寿尽或福尽而投生为遍净天有情等。(Vm.408)

如此，世界被火、水、风三种所坏。一个大劫分为四

个无数劫，并连续七次为火所毁，第八次为水所坏。经过七次为水所毁之后，第八次为风所毁。如此，世界每经八个大劫为水所毁一次，每六十四大劫为风所毁一次。当世界为风所毁时，也毁灭了寿长为六十四大劫的遍净天界。(Vm.409)

只要有产生，就有存在；有存在，必定会有毁坏，这是世间万物的规律。世界也是这样，总是生成、存在，然后毁坏、灭亡的。不仅我们这个世界是这样，其他一切世界都是这样。根本不可能存在有生不灭、恒久常存的世界。

正因如此，佛陀在谈到世界的毁坏时，说道：

“诸比库，诸行无常！诸比库，诸行不坚固！诸比库，诸行无安！诸比库，仅此就足以要对诸行[感到]厌离、足以离染、足以解脱。”(A.7.66)

至此我们已经讲了有情世间和空间世间。有情世间为三界、六趣、三十一界；空间世间则是以轮围世界为单位的无量无数世界，而一切世界皆是成住坏空的。下一章我们将学习包括五蕴、十二处、十八界等的行世间。

第二十讲、行世间

什么是行世间呢？行(saṅkhāra)是有为、造作的意思。行世间包括：一切有情依食而住，名法和色法两种，三受，四生，五取蕴，六处，七识住……可以用不同的分类来分别行世间，例如色法、名法、心法、心所法、五取蕴（色取蕴、受取蕴、想取蕴、行取蕴、识取蕴）、六内处（眼、耳、鼻、舌、身、意）、六外处（色、声、香、味、触、法）等，因这些都是因缘造作、破散毁灭之法，故称行世间。

在这里，我们把经教法中所罗列的诸行法，用“阿毗达摩”的论教法方式进行分析归纳。

一、依一切的分析法

五蕴

佛陀在《相应部·六处相应·不遍知经》中这样说：

“Sabbaṃ, bhikkhave, anabhijānaṃ aparijānaṃ avirājayaṃ appajahaṃ abhabbo dukkhakkhayāya. ”

“诸比库！对一切不了知、不遍知、不离贪、不舍断，

则不可能尽苦!”(S.4.26-7)

此段经文的意思是:如果禅修者对于一切不知道、不清楚,不远离它们、不舍断它们,想要断尽诸苦,那是不可能的事!

什么是“一切”呢?佛陀在《相应部》中用了几种方法来解释,有时是指十二处,有时是指十八界,有时也专指作为世间法的五蕴(pañcakkhandhā)。在这里先讲五蕴,它们是:

1. 色蕴(rūpakkhandha);
2. 受蕴(vedanākkhandha);
3. 想蕴(saññākkhandha);
4. 行蕴(saṅkhārakkhandha);
5. 识蕴(viññāṇakkhandha)。

“蕴”(khandha)是堆、组或聚的意思。佛陀把众生分析为五蕴,即五堆东西。

五蕴与四种究竟法的关系是:色蕴等于究竟法中的色法,受蕴、想蕴、行蕴等于心所法,识蕴是心法。因为受、想、行、识这四蕴是名法,合称为四名蕴(nāmakkhandha)。

色法一共有 28 色,心法有 89 心或 121 心,心所法有 52 种。在 52 心所法当中:受和想各为一种心所,行则包括 50 心所,所以经典中在讲到“行蕴”时用复数(saṅkhārā)而不用单数,说明“行”有多种。因此,一切行法可分为色、受、想、行、识五蕴。

佛陀教导五蕴，是要我们去了知、如实知见。佛陀在《无我相经》等许多经典中这样强调：

“Tasmātiha, bhikkhave, yaṃ kiñci rūpaṃ atītānāgata-paccuppannaṃ ajjhattaṃ vā bahiddhā vā oḷārikaṃ vā sukhumaṃ vā hīnaṃ vā paṇītaṃ vā yaṃ dūre santike vā, sabbaṃ rūpaṃ – ‘netaṃ mama, nesohamasmi, na meso attā’ti. evametaṃ yathābhūtaṃ sammappaññāya daṭṭhabbaṃ. ”

“因此，诸比库，凡任何色，无论是过去、现在、未来、内、外、粗、细、劣、胜，还是远、近，应当如此以正慧如实照见一切色：‘这不是我的，这不是我，这不是我的我。’”

“凡任何”(yaṃ kiñci)：应当包揽无余、毫无遗漏。

在修维巴沙那时，必须用十一种方式观照色法：

1、**过去**(atītaṃ)：以现在为基准，凡是之前的、过去的、已灭尽的、曾经产生过作用的色称为“过去色”。

2、**现在**(paccuppannaṃ)：现在正住立、正存在、正在产生作用的色称为“现在色”。

3、**未来**(anāgataṃ)：还没有生起的、未产生作用的色称为“未来色”。

《清净之道》教导应当用四种方法观照过去、现在、未来之色：⑴. 依世，⑵. 依相续，⑶. 依时，⑷. 依刹那。

⑴. **依世**(addhāvasena)：一个人在这一生结生之前为过去，死心之后为未来，两者之间为现在。

⑵. **依相续**(santativasena)：由同一时节或食生起的诸色为现在相续，由之前的时节或食所生起的为过去相续，之后的为未来相续。

⑶. **依时**(samayavasena)，在一须臾、早上、晚上、白天、黑夜等时间中相续生起的诸色，在当时为现在，之前的为过去，之后的为未来。

⑷. **依刹那**(khaṇavasena)：正处于生住灭三个小刹那的色法为现在，之前的为过去，之后的为未来。或正在产生作用的为现在，之前的为过去，之后的为未来。

我们应当用这四种方法来观照过去、现在、未来的诸色。其中，第四种是最究竟(nippariyāya)的观法。(Vm.494)

4、**内**(ajjhattaṃ)：自己的色蕴为“内色”。

5、**外**(bahiddhā)：外在其他人的色蕴，以及无执取色(anupādiṇṇa rūpaṃ)——外在无生命的物质为“外色”。

6、**粗**(oḷārikaṃ)：地、火、风三界，眼、耳、鼻、舌、身五净色，颜色、声、香、味四境色，这十二种为“粗色”。

7、**细**(sukhumaṃ)：其余十六种为“细色”。

8、**劣**(hīnaṃ)：由不善果报生起的色为“劣色”。

9、**胜**(paṇītaṃ)：由善果报生起的色为“胜色”。

10、**远**(dūre)：细色以较难贯通其自性故为“远色”。

11、**近**(santike)：粗色以较易贯通其自性故为“近色”。

“应当如此以正慧如实照见”的**“如实”**(yathā-bhūtaṃ)：依照诸色法的自性相、共相等真实地观照，而

不是用推理、逻辑、观想、猜测、假想等不如实的方法。

“正慧”(sammappaññā)：包括观智的圣道慧。

“一切色”(sabbaṃ rūpaṃ)：所有的十一种色法。只是观照现在的、当下的色，或者内在的色都是不够的。

“这不是我的，这不是我，这不是我的我”(netaṃ mama, nesohamasmi, na meso attā)：随观诸色法为无常、苦、无我。

对于受、想、行、识四名蕴也应如此照见。

佛陀把一切行法分析为五蕴，除了这五蕴之外，我们还能从世间找到其他事物吗？不能！因此，佛陀通过五蕴法教导我们观照诸行为无常、苦、无我。

五取蕴

佛陀有时会以另外一种类似的方式来解释五蕴，称为“五取蕴”(pañcupādānakkhandhā)，它们是：

1. 色取蕴(rūpupādānakkhandhā)；
2. 受取蕴(vedanupādānakkhandhā)；
3. 想取蕴(saññupādānakkhandhā)；
4. 行取蕴(saṅkhārupādānakkhandhā)；
5. 识取蕴(viññāṇupādānakkhandhā)。

“取蕴”(upādānakkhandha)与“蕴”(khandha)有何差别呢？为何在这里要加“取”(upādāna)呢？巴利语 upādāna 为执取、取著之义。作为有漏、贪爱与执著之目标的五蕴，

称为“五取蕴”。

佛陀在《相应部·蕴相应·蕴经》中说：

“诸比库，我将说五蕴和五取蕴，谛听之！诸比库，哪些是五蕴呢？诸比库，凡任何色，无论是过去、现在、未来、内、外、粗、细、劣、胜，还是远、近，这称为色蕴。凡任何受……凡任何想……凡任何行……凡任何识，无论是过去、现在、未来、内、外、粗、细、劣、胜，还是远、近，这称为识蕴。诸比库，这些称为五蕴。

诸比库，哪些是五取蕴呢？诸比库，凡任何色，无论是过去、现在、未来、内、外、粗、细、劣、胜，还是远、近，是有漏的、取著的，这称为色取蕴。凡任何受……凡任何想……凡任何行……凡任何识，无论是过去、现在、未来、内、外、粗、细、劣、胜，还是远、近，是有漏的、取著的，这称为识取蕴。诸比库，这些称为五取蕴。”(S.3.48)

所以，蕴和取蕴的差别在于：以聚集之义名为蕴；以聚集和有漏之义名为取蕴。对于色蕴，一堆色法为色蕴；而作为众生所执取之对象的色法，称为色取蕴。一切能被众生、被心执取的目标都称为取蕴。

一切色蕴都是色取蕴，但四名蕴既可以是蕴，也可以是取蕴。世间四名蕴是取蕴，但出世间四名蕴则不属于取蕴，因为出世间名法已完全超越了执取的范围，或者说它们不能成为执取的目标。

十二处

十二处(dvādasāyatanāni)是另一种分类法，即依照净色、心识和所对应的对象来分别一切诸法。它们分别是：

1.	眼处(cakkhāyatanaṃ)	2.	色处(rūpāyatanaṃ)
3.	耳处(sotāyatanaṃ)	4.	声处(saddāyatanaṃ)
5.	鼻处(ghānāyatanaṃ)	6.	香处(gandhāyatanaṃ)
7.	舌处(jivhāyatanaṃ)	8.	味处(rasāyatanaṃ)
9.	身处(kāyāyatanaṃ)	10.	触处(phoṭṭhabbāyatanaṃ)
11.	意处(manāyatanaṃ)	12.	法处(dhammāyatanaṃ)

这十二法为什么称为“处”(āyatana)呢？当知以到达、扩大、带领等为“处”。(āyānaṃ tananato, āyatassa ca nayanato **āyatanan**ti veditabbaṃ.)又或者以居住的地方、矿山、集合处、产地、原因等意思为“处”。(Vm.511-2)

其中，眼耳鼻舌身意这六种称为“六内处”。前面五处是五净色，意处是指所有的 89 心。色声香味触法六种称为“六外处”。色处是颜色所缘，声处是声所缘，香处是气味所缘，味处是味道所缘，触处是地、火、风三界的触所缘。但“法处”并不等于法所缘，法所缘包含的范围更广。这里的法处是不包括前面十一处的各种法，它不包括五净色、七境色，以及等于意处的诸心。当知“处”是从究竟法的角度来分析一切法，因此不包括概念法，但法所缘则包括概念法。因此，法处只包括 16 细色、52 心所和涅槃。

十八界

另一种分类法是十八界(aṭṭhārasa dhātuyo)，它们是：

1.	眼界	2.	颜色界	3.	眼识界
4.	耳界	5.	声界	6.	耳识界
7.	鼻界	8.	香界	9.	鼻识界
10.	舌界	11.	味界	12.	舌识界
13.	身界	14.	触界	15.	身识界
16.	意界	17.	法界	18.	意识界

这十八界和十二处有一定的关联，不过它们的开合有所不同。

为什么称为界(dhātu)呢？以提供、保持、安排、跟随等义为界。如此以眼等每一种法都提供、保持等如其发生，或它们都保持着各自的特点、本质，故称为“界”。

眼界、耳界、鼻界、舌界、身界是指五净色。

色界、身界、香界、味界、触界是指七境色。

眼识、耳识、鼻识、舌识、身识是指双五识——五不善果报根识和五善果报根识。

意界包括三种心：五门转向心和两个领受心。意识界则是除了双五识和 3 意界心之外的 76 心。

法界与法处一样，包括 16 细色、52 心所和涅槃。

十二处和十八界的关系是：眼处、耳处、鼻处、舌处、身处、颜色处、声处、香处、味处、触处这十处相当于十

界中的相应十界，意处包括眼识、耳识、鼻识、舌识、身识五界，以及意界和意识界，即所有 89 心。

图表 29：究竟法与蕴、处、界对照表

四究竟法	五蕴	十二处	十八界
28 色	色蕴	眼处	眼界
		耳处	耳界
		鼻处	鼻界
		舌处	舌界
		身处	身界
		颜色处	颜色界
		声处	声界
		香处	香界
		味处	味界
		触处	触界
52 心所	受蕴	法处（细色+心所+涅槃）	法界（细色+心所+涅槃）
	想蕴		
	行蕴		
涅槃	（无）		
89 心	识蕴	意处	眼识界
			耳识界
			鼻识界
			舌识界
			身识界
			意界
			意识界

在此，五取蕴只是指世间法，五蕴则是包括了八出世间心在内的有为法，当知它们都不包括涅槃。十二处、十八界则是包括了世间法、出世间法、有为法、无为法在内的一切法。

二、依烦恼的分析法

现在,我们来探讨烦恼。之前我们依心所讨论了烦恼。在 52 心所中，有 14 不善心所：无明、无惭、无愧、掉举、贪、邪见、慢、嗔、嫉妒、悭吝、追悔、昏沉、睡眠、疑，这是从阿毗达摩的角度来分析烦恼的。

但是佛陀在经藏里也从不同的角度分析烦恼。我们先分析经教法提及的各种烦恼，之后再和阿毗达摩联系起来，这样就不会觉得经藏所讲的和阿毗达摩所讲的不同。

四漏

漏，巴利语 āsava。诸义注从词源学的角度来解释“漏”。

1.以流动之义为漏(āsavanaṭṭhena āsavā’ti)，即从眼流向于色，从耳流向于声，从鼻流向于香，从舌流向于味，从身流向于触，从意流向于法。

2. 从法来说，一直流到更改种姓智；或从空间来说，一直流到有顶(bhvagga)——最高的生存地。

3. 古印度人把经久存放的谷酒称为漏(āsava)，故又以久存之义为漏(cirapārivāsiyaṭṭhena āsavā)。

4. 又或以流向、引生漫长的轮回之苦为漏(āyataṃ vā saṃsāradukkhaṃ savanti pasavantī'tipi āsavā)。

所有这些解释都包含有烦恼的意思。

有四种漏(cattāro āsavā)：

1. 欲漏(kāmāsava)；

2. 有漏(bhavāsava)；

3. 见漏(diṭṭhāsava)；

4. 无明漏(avijjāsava)。

欲漏是对五欲的贪爱，属于贪心所(lobha)。

有漏是对色、无色界的业有和生有的烦恼，或者说是对生命的贪著。

这里的“有”(bhava)是指生命。凡夫的轮回之苦是看不到尽头的。不仅如此，他们还经常有堕落地狱、畜生、饿鬼的危险。初果圣者已经断尽邪见、戒禁取和疑，他的生命最多不会超过七次，他的轮回之苦已经可以看到尽头。入流圣者所剩下的最多不超过七次的结生，和凡夫超过七世、七十世、七百世、七千世、七万世、七大劫、七十大劫等等的轮回相比，所剩下的苦几乎是微不足道的。所以佛陀说初果圣者所灭尽的苦与所剩下的苦相比，就好像手指尖的尘土与大地的尘土相比一样。从许多修到缘摄受智的禅修者（还不是入流圣者）之经验来看，还剩下两

到三个未来世的占多数，之后他们就般涅槃、完全地灭尽一切苦。

即使如此，佛陀也不赞叹有。佛陀曾说：**“诸比库，犹如即使是极少量的粪便也是臭的。同样地，诸比库，我不赞叹即使是极少量的有，乃至只是弹指之量！”**(A.1.320)

当手不小心碰到粪便会感到厌恶，不会因为它只是一丁点儿就不理会它。对于初果圣者来说，即使只剩下极有限的轮回，也好像手指头上的粪便一样，所以佛陀不赞叹轮回。

“见漏”又称“邪见漏”。邪见包括有身见、常见、断见等。

“无明漏”是指错知世间为常、乐、我、净，或不能如实了知苦、苦之集、苦之灭以及导至苦灭之道，即对四圣谛的无智、无知。

再依阿毗达摩来分析：欲漏、有漏属于贪心所（欲漏是对五欲之贪，有漏是对生命之贪）；见漏属于邪见心所；无明漏属于痴心所。

邪见漏在入流道被断除；欲漏在第三道被断除；有漏和无明漏在第四道被断除。

我们每天回向功德时念诵“导向诸漏尽”，就是希望把每天所累积的善业功德，乃至生起一刹那的善心，都导向烦恼的最终断尽。

四暴流

有时可用另一种方式来表达四漏——四暴流(cattāro oghā)或四瀑流，它们分别是：

1. 欲暴流(kāmogha)；
2. 有暴流(bhavogha)；
3. 邪见暴流(diṭṭhogha)；
4. 无明暴流(avijjogha)。

因为这些烦恼能把有情拖进生死大海故，又以极难越渡故，称为“暴流”。(Bhavasāgare ākaḍḍhanaṭṭhena duruttaraṇaṭṭhena ca **oghā**’ti.) (Vm.829)

四軛

这四种烦恼又可称为“四軛”(cattāro yoga)。軛是架或套在牛、马脖子上的器具。四軛是：

1. 欲軛(kāmayoga)；
2. 有軛(bhavayoga)；
3. 邪见軛(diṭṭhiyoga)；
4. 无明軛(avijjayoga)。

因为这些烦恼紧紧套住众生，使之不能与所缘分离，也不能与苦分离，故称为“軛”。(Ārammaṇaviyogassa ceva dukkhaviyogassa ca appadānato **yogā**’ti.) (Vm.829)

四系

四系(cattāro ganthā)，又称四缚。它们是：

1. 贪身系(abhijjhā kāyagantho)；

2. 嗔身系(vyāpādo kāyagantho)；

3. 戒禁取身系(sīlabbataparāmāso kāyagantho)；

4. 执持这是真理的身系(idaṃsaccābhiniveso kāyagantho)。

称为身系是因为这些烦恼能把心系缚于身，或者把今生之身系缚在来世之身上。(Vm.829)

在这四系当中，“贪”是贪婪(abhijjhā)，是能够把众生牵扯向欲乐目标的渴爱或贪。

“嗔”是嗔恚、愤怒，表现为厌恶目标。

“戒禁取”(sīlabbataparāmāsa)的戒(sīla)是指苦行。有些修行者认为苦行可以导向解脱，于是采取种种折磨身体的方法，例如摧残自己、拔头发、禁食、在烈日下曝晒、泡在水中等。禁(vata)是指遵行祭祀等仪式，例如拜祭天神、火供等。有些修行者认为遵循一定的仪式，通过持诵咒语、赞颂神的功德、敬奉供品，能够取悦诸神，从而实现各种愿望，甚至可以升天或解脱。例如婆罗门教徒相信通过这些仪式，可以导向升天、导向清净、导向解脱，称为“戒禁取”。

“执持这是真理”(idaṃsaccābhinivesa)是武断地认为只有自己所相信的才是真理，其他一切信仰、宗教及见解

都是错的。几乎每一种宗教都会吹嘘自己是最好的，每种宗教中的各宗派又会吹嘘自己是最好的。例如许多人认为自己所接受的宗见是“最究竟、最了义、最圆满、无上乘”，就属于“执持这是真理的身系”。

可以说，任何传统的宗教都有一定的长处和优点，它们之所以能够流传至今，在发扬世间善行方面都有其可取之处。不过，从断除烦恼、解脱生死的角度来看，只是通过相信神佛、祈祷、祭祀、诵经、念咒等并不能够导向解脱，真正想要解脱必须依靠戒定慧。

在这四种身系中，贪身系属于贪心所，嗔身系属于嗔心所，戒禁取身系和执持这是真理的身系属于邪见心所。

四取

四取(cattāro upadānā)的“取”(upādāna)是执取、执著的意思。它们是：

1. 欲取(kāmupādāna)；
2. 见取(diṭṭhupādana)；
3. 戒禁取(sīlabbatupādāna)；
4. 我语取(attavādupādāna)。

对欲乐的强烈执著称为“欲取”，即执取五种欲乐的目标——色、声、香、味、触，或者钱财、异性、权力、名誉等。

“见取”是指执取任何在道德上属于邪恶的见解，例

如认为造善造恶没有果报的“无作用见”，人的贫富贵贱没有业因的“无因见”，人死后什么都没有的“虚无见”等，或是执取任何有关“世界是永恒的，有灵魂、大我”等臆测之见。邪见本身也可以成为被执取的对象。

“戒禁取”是执著遵行仪式或修苦行等可以导向清净、导向解脱。

“我语取”是执取“有身见”(sakkāya-diṭṭhi)，认为五蕴的任何一蕴是我或我的。经典中讲到有二十种身见，分别以四种方式执取五蕴的每一蕴，例如认为色蕴是我、我拥有色蕴、色蕴在我里面，或我在色蕴里面。对于受、想、行、识，也是这样。

从心所来看，欲取是贪心所，邪见取、戒禁取及我语取都是邪见心所。

六盖

六盖(cha nīvaraṇāni)分别是：

1. 欲贪盖(kāmacchandanīvaraṇaṃ)；
2. 嗔恚盖(vyāpādanīvaraṇaṃ)；
3. 昏沉睡眠盖(thīnamiddhanīvaraṇaṃ)；
4. 掉举追悔盖(uddhaccakukkuccanīvaraṇaṃ)；
5. 疑盖(vicikicchānīvaraṇaṃ)；
6. 无明盖(avijjānīvaraṇaṃ)。

其中前面五种是禅修时经常提到的五盖，加上无明盖

成为六盖。

为什么称为“盖”(nīvaraṇa)呢？盖是障碍、障盖的意思。由于这些烦恼能障碍通往天界及涅槃之道，所以称为“盖”。根据义注，诸盖是指阻止未生起的善法生起，以及使已生起的善法不能持久的心所。前面五盖是证得禅那的主要障碍，第六盖则是生起智慧的主要障碍。

在培育定力的过程中，如果禅修者心中出现五盖中的任何一盖的话，就很难证得禅那。佛陀在谈到禅那的时候，首先讲到“离诸欲、离诸不善法”。这里的“诸欲、诸不善法”就是指五盖。如果一个人的五盖很强，就不能证得禅那。

“欲”(kāma)是指欲乐目标；“贪”(chanda)是追求、想要得到；欲贪(kāmacchanda)即是追求欲乐目标。一个人追求欲乐、贪求欲乐，就会障碍禅修。追求欲乐能使心向下，而培育禅那能提升心，心是向上的。要证得禅那，心必须平静、清净、专注。如果人心被欲贪、贪爱所覆盖，他的心就很难平静下来。

“嗔恚”(vyāpāda)是生气，心如同被烧开的水，怎么能平静呢？如果一个人生气、愤怒、憎恨他人，怎么能平静下来禅修呢？

“昏沉睡眠”(thīnamiddha)是指心所和心的软弱无力、懈怠。在禅坐的时候东倒西歪，心像泥浆一样不堪任禅修。

“掉举追悔”(uddhaccakukkucca)：掉举是心的散乱不安、不平静；追悔是想着应该做的事没有做，或做了不应做的事，心没办法平静，这样也不能证得禅那。

“疑”(vicikicchā)：怀疑现在这个时代还能不能证得禅那？我是不是修行的料子？如果你有很多怀疑，又怎么能踏踏实实地修行呢？

佛陀特别举出这五种烦恼是修定的障碍，如果禅修者心中的这些烦恼很明显，就难以培育定力。如果大家有机会去禅修营参加禅修，好不容易把定力培育起来，可是一回到家中，每天面对着各种欲乐目标，又开始追求感官享受，或忙碌于紧张的工作，这样定力就很容易掉。五盖是禅定的克星，五盖强，定力就弱。

“无明”是指愚痴，它能障碍善法和修行。通过培育观智能镇伏无明盖。

这六盖包括八种心所：欲贪盖属于贪心所，嗔恚盖属于嗔心所，昏沉睡眠盖分别属于昏沉和睡眠两种心所，掉举追悔盖分别属于掉举和追悔两种心所，疑盖属于疑心所，无明盖属于痴心所。它们都是不善心所。

七随眠

七随眠(sattānusayā)即七种潜伏性烦恼。这些烦恼潜伏在名相续流（心流）中，每当具足因缘时就会浮现出来。如《无碍解道》注中解释：

“**Anusayā**’ti kenaṭṭhena anusayā? Anusayanaṭṭhena. Ko esa anusayanaṭṭho nāmāti? Appahīnaṭṭho. Ete hi appahīnaṭṭhena tassa tassa santāne anusenti nāma. Tasmā anusayā’ti vuccanti.”

“随眠者，以何义为随眠？以潜伏之义。谁是这些潜伏着的名法？它实是以未断除之义而潜伏在彼彼相续流中的名法，所以称为随眠。”(Ps.A.113)

烦恼有三种表现方式：

1、违犯性烦恼(vītikkamakilesa)：已经强烈到表现在身体行为、语言上的烦恼；

2、困扰性烦恼(pariyuṭṭhānakilesa)：出现于意门的烦恼；

3、潜伏性烦恼(anusayakilesa)：还没有表现于身语意三门，只处于潜伏阶段的烦恼。

虽然一切烦恼都可以称为随眠，但是在这里特指七种最显著的烦恼。七随眠分别是：

1. 欲贪随眠(kāmarāgānusaya)；

2. 有贪随眠(bhavarāgānusaya)；

3. 嗔恚随眠(paṭighānusaya)；

4. 慢随眠(mānānusaya)；

5. 见随眠(diṭṭhānusaya)；

6. 疑随眠(vicikicchānusaya)；

7. 无明随眠(avijjānusaya)。

欲贪随眠是指对欲乐的贪爱及其未断除性的随眠，属于贪心所；有贪随眠是指对生命的贪爱及其未断除性的随眠，也属于贪心所；嗔恚随眠属于嗔心所；慢随眠属于慢心所；见随眠是指错误的见解，属于邪见心所；疑随眠属于疑心所；无明随眠属于痴心所。因此，这七随眠一共有六种心所，欲贪和有贪都是贪心所，其余五种属于各别的心所。

十结

有两种十结(dasa saṃyojanāni)的分类法：经教法和论教法。经教法的十结分别是：

1. 欲贪结(kāmarāgasaṃyojanaṃ)；
2. 色贪结(rūparāgasaṃyojanaṃ)；
3. 无色贪结(arūparāgasaṃyojanaṃ)；
4. 嗔恚结(paṭighasaṃyojanaṃ)；
5. 慢结(mānasaṃyojanaṃ)；
6. 见结(diṭṭhisaṃyojanaṃ)；
7. 戒禁取结(sīlabbataparāmāsasaṃyojanaṃ)；
8. 疑结(vicikicchasaṃyojanaṃ)；
9. 掉举结(uddhaccasaṃyojanaṃ)；
10. 无明结(avijjāsaṃyojanaṃ)。

结(saṃyojana)是捆绑、结缚、连结的意思，即以诸蕴连结诸蕴，以果连结业，以苦连结有情，故称为“结”。

(**saṃyojanānī**’ti khandhehi khandhānaṃ phalena kammassa dukkhena vā sattānaṃ saṃyojakattā.) (Vm.829)

欲贪是指对欲乐及欲界生命的贪著，色贪是对色界生命的贪著，无色贪是对无色界生命的贪著，嗔恚、慢、邪见、戒禁取、疑、掉举和无明已如前所说。

这十种结可以分为两类：五下分结和五上分结。五下分结(adhobhāgiyasaṃyojanāni)是指能够把有情拉到欲界、下界的烦恼，它们是：欲贪结、嗔恚结、邪见结、戒禁取结和疑结。五上分结(uddhaṃbhāgiyasaṃyojanāni)是指导致投生到色界、无色界的结，它们是：色贪结、无色贪结、慢结、掉举结和无明结。

这十种结分别被诸圣道所断除：初道入流道断除最粗的三结：见结、戒禁取结和疑结。这三结能使众生堕落到恶趣，如果断了这三结，就不会再堕落恶趣了。

第三道能断两种结：欲贪结和嗔恚结。欲贪结和嗔恚结能使有情投生到欲界，不来圣者已经断除，所以不会再投生到欲界。在经典中提到“灭尽五下分结，成为化生者，在那里般涅槃，不再从那世间回来”，就是指不来圣者。

剩下的五结唯有阿拉汉道才能断除。

在这十结中，无明是生死轮回的元凶，一旦断除无明，就不会再轮回。

这十结包括七种心所：欲贪、色贪、无色贪三结都属于贪心所，嗔恚结属于嗔心所，慢结属于慢心所，见结和

戒禁取结都属于邪见心所，疑结属于疑心所，掉举结属于掉举心所，无明结属于痴心所。

论教法的十结(dasa saṃyojanāni)与经教法相似，只是侧重点稍有不同。它们分别是：

1. 欲贪结(kāmarāgasaṃyojanaṃ)；
2. 有贪结(bhavarāgasaṃyojanaṃ)；
3. 嗔恚结(paṭighasaṃyojanaṃ)；
4. 慢结(mānasaṃyojanaṃ)；
5. 见结(diṭṭhisaṃyojanaṃ)；
6. 戒禁取结(sīlabbataparāmāsasaṃyojanaṃ)；
7. 疑结(vicikicchasaṃyojanaṃ)；
8. 嫉妒结(issāsaṃyojanaṃ)；
9. 悭吝结(macchariyasaṃyojanaṃ)；
10. 无明结(avijjāsaṃyojanaṃ)。

欲贪结和有贪结都属于贪心所，欲贪结是指对五欲的贪著，有贪结是指对生命的贪著。嗔恚结属于嗔心所，慢结属于慢心所，见结和戒禁取结都属于邪见心所，疑结属于疑心所，嫉妒结属于嫉心所，悭吝结属于悭心所，无明结属于痴心所。因此，这十结包含八个不善心所。

十烦恼

十种烦恼(dasa kilesā)分别是：

1. 贪(lobha)；

2. 嗔(dosa)；

3. 痴(moha)；

4. 慢(māna)；

5. 邪见(diṭṭhi)；

6. 疑(vicikicchā)；

7. 昏沉(thīna)；

8. 掉举(uddhacca)；

9. 无惭(ahirika)；

10. 无愧(anottappa)。

烦恼(kilesa)源于动词“污染”(kilissati)。因为它们自己即是污染故，或者能污染相应法故，称为“烦恼”。(**Kilesā**’ti sayaṃ saṃkiliṭṭhattā sampayuttadhammānañca saṃkilesikattā.) (Vm.829)

这十种烦恼分别是十种不善心所：贪、嗔、痴、慢、邪见、疑、昏沉、掉举、无惭、无愧。

这些烦恼是佛陀从不同角度来分析的。我们学习阿毗达摩，学习了十四不善心所，再来分析归纳这些烦恼就很清楚。虽然佛陀从不同的角度讨论烦恼，但都离不开这十四不善心所。换言之，十四不善心所包括一切烦恼，一切不良的、负面的心理因素。对于这些烦恼和十四不善心所的关系，请见下表：

图表 30：诸烦恼与不善心所的关系

不善心所		四漏	四暴流	四轭	四系	四取	六盖	七随眠	十结	十烦恼
1	痴	√	√	√			√	√	√	√
2	无惭									√
3	无愧									√
4	掉举						√		√	√
5	贪	√	√	√	√	√	√	√	√	√
6	邪见	√	√	√	√	√		√	√	√
7	慢							√	√	√
8	嗔				√		√	√	√	√
9	嫉								√	
10	悭								√	
11	追悔						√			
12	昏沉						√			√
13	睡眠						√			
14	疑						√	√	√	√
心所数目		3	3	3	3	2	8	6	9	10

三、依菩提分的分析法

三十七菩提分

在《大般涅槃经》(Mahāparinibbāna suttaṃ)中记载：佛陀曾经对自己一生中所教导的教法作过总结，他提到三

十七种法，称为“菩提分法”(bodhipakkhiyadhamma)。它们分别为：四念处、四正勤、四神足、五根、五力、七觉支和八支圣道。为什么称为“菩提分”呢？因为这三十七法处于以觉悟之义而得名为菩提的圣道旁边，故名菩提分。处于旁边即处于资助的状态。(Ime sattatiṃsa dhammā bujjhanaṭṭhena **bodho**’ti laddhanāmassa ariyamaggassa pakkhe bhavattā **bodhipakkhiyā** nāma. **Pakkhe bhavattā**’ti upakārabhāve ṭhitattā.) (Vm.818)

四念处

念处依正念所建立的所缘分为四种，称为“四念处”(cattāro satipaṭṭhāna)：

1. 身随观念处(kāyānupassanā-satipaṭṭhāna)，或称身念处；

2. 受随观念处(vedanānupassanā-satipaṭṭhāna)，或称受念处；

3. 心随观念处(cittānupassanā-satipaṭṭhāna)，或称心念处；

4. 法随观念处(dhammānupassanā-satipaṭṭhāna)，或称法念处。

为什么称为念处(satipaṭṭhāna)呢？以进入、跳入那些所缘而住立故为处，念的建立处为“念处”。(Tesu tesu ārammaṇesu okkhanditvā pakkhanditvā upaṭṭhānato

paṭṭhānaṃ. Satiyeva paṭṭhānaṃ **satipaṭṭhānaṃ**.) (Vm.819)

四念处是对正念及观智完整的禅修方法，佛陀在《长部 22 •大念处经》(Mahāsatipaṭṭhāna suttaṃ)和《中部 10 •念处经》(Satipaṭṭhāna suttaṃ)中，详细地教导了这四念处的修行方法。

四念处是依所缘来分的，即修习止观的所缘，且特别侧重于修观时所观照的对象。如果依禅修次第来分，则是戒、定、慧三学。

身念处以色法所缘为主。受念处是观照受心所，心念处是观照心法，法念处侧重于观照心所，例如五盖、五蕴、七觉支等。修观时离不开观照色法、心法和心所法，四念处即是佛陀从另外一个角度来分析修观的所缘。

在《大念处经》中提到，四念处包括二十一种业处。其中，身念处有十四种业处：1. 入出息念，2. 四威仪，3. 四正知，4. 厌恶作意（即三十二身分），5. 界作意（即四界分别），6. 九种冢墓观。这十四种业处既包括修止（定），也包括修观（慧）的方法。受念处是一种业处。心念处是一种业处。法念处有五种业处，分别是：1. 五盖，2. 五取蕴，3. 七觉支，4. 十二处，5. 四圣谛。

所以，这二十一种业处是佛陀在《大念处经》中开示的完整的止观禅修方法，且特重于修观。

四正勤

四正勤(cattāro sammappadhana)是：

1. 精进地令已生起之恶法断除(uppannānaṃ pāpakānaṃ dhammānaṃ pahānāya vāyāmo)，或精进地断除已经生起的恶法；

2. 精进地令未生起之恶法不生(anuppannānaṃ pāpakānaṃ dhammānaṃ anuppādāya vāyāmo)；

3. 精进地令未生起之善法生起(anuppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ uppādāya vāyāmo)；

4. 精进地令已生起之善法增长(uppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ bhiyyobhāvāya vāyāmo)。

为什么称为“正勤”(sammappadhana)呢？通过这些而精勤故为勤；善美之勤故为正勤，或以这些正确地精勤为正勤。或者说美即是没有那烦恼的丑陋，勤即是以能产生利益快乐故、带来最高的状态故、能作精勤的状态故，称为“正勤”。(Vm.820)

这四种是修习精进的方法，它们只是一个心所——精进。

我们经常说的精进(viriya)就是指这些：对于已经生起的恶法、不善法、贪嗔痴、烦恼等，致力于断除它们；对于还没有生起的不要让它们有机会生起。对于还没有培育的善法要培育起来；已经培育的善法要继续培育直至圆满。因此，我们精进的方向就是这四种。

四神足

四神足(Cattāro iddhipāda)是：

1. 欲神足(chandiddhipādo)；
2. 精进神足(viriyiddhipādo)；
3. 心神足(cittiddhipādo)；
4. 观神足(vīmaṃsiddhipādo)。

神足，巴利语 iddhipāda 的直译。iddhi 原指神通，在此是指成就、成功(ijjhana)；pāda 是足，指原因。所以，iddhipāda 即成就的原因、成就的因素。《清净之道》中解释：以成就之义为神，以这相应法为先导之义，及作为果的前分之义，即成就之足为神足。(Vm.821)

因为这四种是获得一切成就的基本条件，所以称为四神足。这里的成就是指证得禅那等世间成就，以及道果等出世间成就。获得这些成就的条件称为成就之因或神足。

一个人有很强的意欲(chanda)要证得禅那或圣道果，他通过意欲而获得成就，称为欲神足。

精进神足是通过不断的努力奋斗而获得成功，所以精进是获得成功的原因。

心神足是都把心放在第一位并致力于成就。

观神足是指智慧，也特指证得出世间成就的观慧(vīmaṃsa)。智慧也是成就之因。

这四神足的欲神足属于欲心所，精进神足属于精进心所，心神足属于心法，观神足属于无痴（慧根）心所。

五根、五力

五根(pañcindriyāni)，分别是：

1. 信根(saddhindriya)；

2. 精进根(viriyindriya)；

3. 念根(satindriya)；

4. 定根(samādhindriya)；

5. 慧根(paññindriya)。

信根是指对佛法僧等的信心；精进根是努力、奋斗；念根是正念；定根是内心平静；慧根是智慧。

为什么称为“根”呢？以征服无信、懈怠、放逸、散乱、痴迷故，以作为征服的增上之义为“根”。(Vm.822)

五根即是五种能在诸名法中起支配作用的心所：信根属于信心所，精进根属于精进心所，念根属于念心所，定根属于一境性心所，慧根属于无痴心所。

五根获得进一步加强称为“五力”(pañca balāni)。它们是：

1. 信力(saddhabala)；

2. 精进力(viriyabala)；

3. 念力(satibala)；

4. 定力(samādhibala)；

5. 慧力(paññābala)。

为什么称为“力”呢？不被无信等所征服故，以不动

摇之义为“力”。(Vm.822)

它们的各别作用是：信对治犹豫不决；精进对治懈怠；念对治放逸；定对治散乱；慧对治愚痴。

禅修过程中经常要平衡五根。五根包括两组：信根与慧根是一组，精进根与定根是另一组。信根偏于感性，慧根偏于理性。感性过强不好，理性过强也不好，唯有情理平衡才好。

精进根与定根也是一组，精进根偏于动态，定根偏于静态，过动不行，过静也不行，要动静相宜、动静结合。

修行是要情与理、动与静恰到好处，这就是五根平衡。而念根是一切时都需要的。

信根过强容易迷信、轻信人言；慧根过强则变成过度聪明、狡滑；定根过强容易懈怠、昏沉；精进根过强容易掉举、紧张。所以五根要平衡。

七觉支

七觉支(Satta sambojjhaṅga)是：

1. 念觉支(satisambojjhaṅgaṃ)；
2. 择法觉支(dhammavicayasambojjhaṅgaṃ)；
3. 精进觉支(viriyasambojjhaṅgaṃ)；
4. 喜觉支(pītisambojjhaṅgaṃ)；
5. 轻安觉支(passaddhisambojjhaṅgaṃ)；

6. 定觉支(samādhisambojjhaṅgaṃ)；

7. 舍觉支(upekkhāsambojjhaṅgaṃ)。

为什么称为“觉支”(sambojjhaṅga)呢？sambodhi 是正觉；正确地觉悟称为正觉，aṅga 是指因素。导向正觉的因素称为“觉支”。(Vm.823)

这七觉支中：念觉支属于念心所；择法觉支属于无痴心所，也特指如实知见名色法的观智；精进觉支属于精进心所；喜觉支属于喜心所；轻安觉支包括身轻安与心轻安两种心所；定觉支是一境性心所；舍觉支是中舍性心所。

七觉支也可以分为两组：择法觉支、精进觉支、喜觉支是一组；轻安觉支、定觉支、舍觉支是另一组。择法、精进、喜这三觉支偏于动态，与精进根相应；轻安、定、舍这三觉支偏于静态，与定根相应。通过提升择法觉支、精进觉支和喜觉支可以对治心的软弱无力；通过提升轻安觉支、定觉支和舍觉支可以对治心的散乱、不安。而念觉支于一切时都适合。

这七法之所以称为导向正觉的因素，是由于它们对禅修很重要。佛陀为什么不把其他因素称为觉支，而特别把这七法提出来呢？因为它们是修行时所要特别培育的内心素质。所以，我们修行时要拥有欢喜的心，要有轻安，内心要专注、平静、中舍，要精进、有智慧（择法觉支），还要时时保持正念。

八支圣道

八支圣道(aṭṭhaṅgika ariyamagga)是：

1. 正见(sammādiṭṭhi)；

2. 正思惟(sammāsankappo)；

3. 正语(sammāvācā)；

4. 正业(sammākammanto)；

5. 正命(sammā-ājivo)；

6. 正精进(sammāvāyāmo)；

7. 正念(sammāsati)；

8. 正定(sammāsamādhi)。

圣道的八种组成部分称为“八支圣道”。由于这八支圣道是一切出世间心，特别是道心同时拥有的，所以它们特指出世间心中的八种心所。

八支圣道一共有八种心所。正见属于无痴心所，正思维属于寻心所，正语、正业、正命属于三种离心所，正精进属于精进心所，正念属于念心所，正定属于一境性心所。

在世间的修行中，这八支圣道可以组合为戒定慧三学：正见和正思维是增上慧学；正语、正业、正命是增上戒学；正精进、正念、正定是增上心学。

问答汇编

问 1：彼所缘的作用是什么？

答：彼所缘(tadārammaṇa)，顾名思义是继续取刚才的速行心所取的所缘作为自己的目标，它的作用是回味刚才的目标。如何理解呢？就好像我们把食物吞下后，回味刚才口中食物的味道。彼所缘属于果报心。

问 2：如果意门心路对象清晰，彼所缘会生起的心路共有十个心路心；如果对象不清晰，也是十个心路心吗？

答：如果对象清晰，在五门心路称为极大所缘，在意门心路称为清晰所缘。此时，当速行心灭去后可能会有两个称为“彼所缘”的心回味刚才的目标。对于清晰所缘的意门心路，共有十个心路心。如果对象不清晰，意门心路只会生起八个心路心：一个意门转向心和七个速行心，两个彼所缘不会生起。区别在于有无彼所缘的生起。

有无彼所缘的生起除了所缘是清晰还是不清晰之外，也取决于所缘的性质：如果所缘是概念法，彼所缘不会生起；如果是在色界和无色界天，也不会有彼所缘生起。彼所缘属于欲界心，且只会生起于欲界有情。

问 3：如何区别八欲界大果报心和八善果报无因心呢？

答：首先，八欲界大果报心都是有因心，八善果报无因心都是无因心。这是它们的根本区别。

其次，它们都是果报心。果报心与过去所造的业有关。如果所造的善业很强的话，其果报心也是强的；如果所造的善业很弱，其果报心也弱。大果报心是二因或三因心，这些心比无因心更强有力。

再次，它们执行的作用也有所不同。八大果报心的任何一种都可能成为欲界善趣的结生心，但在八善果报无因心中，只有舍俱推度心才能成为结生心。因为它是无因心，所以只能投生为先天性聋、盲、哑、痴之人或低等天人。

在八善果报无因心中，眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、领受只是执行看、听、嗅、尝、触和领受的作用，它们不能成为结生心。悦俱推度心也不能执行结生的作用。

八大果报心在心路中，能执行彼所缘的作用；在离心路中，能执行结生、有分和死心的作用。

问 4：请您重复讲解在初次证得安止者的速行心路中，随顺和种姓是什么意思？

答：随顺，巴利语 anuloma，意为适合于、按顺序的、顺着来、不对抗。随顺心既随顺前面的欲界心，又随顺后面即将证得的禅那心。它处于中间位置，既不违逆前面，也不违逆后面。

种姓，巴利语 gotrabhū，或称为更改种姓。在初次证得安止之前的心属于欲界心，在种姓心之后的心属于色界心、无色界心或出世间心，在此中间还必须有个转折点，这个转折点就是种姓心。犹如把一块石头抛上空中，在石头上升与落下中间还需要有个转折点，这个转折点就像种姓心。

对于广大安止速行心路而言，是由欲界种姓改变为色界种姓，这里的种姓是指心的性质之改变。在出世间安止速行心路或道果速行心路中，当种姓心第一次生起时，不仅仅是心的改变，连身份也改变，之前还是凡夫，之后就是圣者了。

问 5：请问五门心路的心路心是怎样产生的？

答：五门心路有许多心路心，具体要看哪一种。五门心路最多可以有十四个心路心，每一个心路心的生起都有不同的因缘。没有因缘，心不可能产生。

五门转向心、确定心和七个速行心只有现在因，它们是依处、所缘、眼触（或耳触等）、前生意触和俱生名法。

对于眼识、耳识、鼻识、舌识、身识，还有领受、推度和彼所缘，因为它们属于果报心，所以除了现在因之外，还有过去因。过去因是：无明、爱、取、行、业；现在因是依处、所缘、眼触（或耳触等）、前生意触和俱生名法。

因为有了这些因缘，才会有心的产生。

问 6：如何提升、加强如理作意？

答：根据阿毗达摩，错知对象是常、乐、我、净，就是不如理作意；知道世间为无常、苦、无我和不净，就是如理作意。

如理作意就是我们要习惯往好的方向想。平时不要总是从一己之私考虑问题，把自己困在个人思维的小圈圈中，要学会放下自我，多作长远的考虑。

要提升、加强如理作意，应当时刻提醒自己多生善心，多从法的角度考虑，多从善的角度考虑，多从他人的角度考虑，少为自己的利益斤斤计较、患得患失。当我们养成习惯之后，心自然而然能够如理作意。

由于我们一直以来没有培育心、调御心，心就习惯性地往不好的方向想。生起善或不善心的关键，在于是如理作意，还是不如理作意。

经常不如理作意，就经常会生起不善心，甚至养成坏习惯。经常培育善心，并养成良好习惯，反过来也能提升和强化如理作意。

习惯是很重要的。做善事要习惯，养成好的性格也要习惯，修行也要成为习惯。养成习惯，自然而然能生起相应的心。刚开始时由于自己的烦恼、习气，可能会有些勉强。但只要经常做，久而久之就能形成习惯。养成好习惯后，自然就能生起善心，那时候就不会勉强了。

问 7：若想长期受持八戒，在寺院向尊者求戒一次后，是否每天都要到寺院去求受戒，怎样做才能如法？

答：有两种受持八戒的方法：一、作为时限戒(kālapariyanta sīla)来受持，例如只受持一日一夜。当你们去寺院亲近尊者的时候，向尊者求受八戒。在求受时，用心念或说出只想受一日一夜，那么到第二天明相出现时，八戒就自动失效；二、作为常戒(āpāṇakoṭika sīla)来受持。只需受过一次，只要不故意违犯其中任何一条，其戒都还有效。

假如在持戒过程中，由于不小心或没办法破了戒，而你又很想继续持守八戒的话，可以再到寺院请尊者给你授戒，或者在自己家中的佛像前重受也可以。重受时，只需用巴利语把三皈依和八戒文念一遍就可以。

问 8：如果已经有了禅那，在往生时应该发愿投生到哪里比较好？应该去梵天还是回来做人好呢？哪个地方比较好修行证悟涅槃？应该怎样发愿？是不是在最后一口气时发愿？需要进入禅那吗？

答：梵天界有梵天界的好处，人间有人间的好处，这要看每个人不同的愿。有人喜欢再投生到人间，有人喜欢投生到欲界天，有人喜欢投生到梵天界。虽然他们的福报差别很大，但每个人的愿不尽相同。

如果喜欢快乐地修行，可以选择投生到梵天界或欲界天。但投生到天界，修行的时间可能要很漫长。为什么呢？

因为在天界可能才几分钟，我们人间已经过去一辈子了。同时，天界太快乐也不适合修行。

对于发愿，我们可以在做一件善事之前或之后发愿，在遇到强力的可爱所缘时也可以发愿。例如大家有机会去印度朝圣时，可以在布特嘎亚(Buddhagayā)的大觉塔(Mahābodhi Cetiya)或菩提树下发愿，或者有机会去缅甸朝拜仰光大金塔(Shwedagon paya)时，在塔下发愿。由于所缘很强，信心也强，发的愿也变得强有力。你可以发愿说：愿我下一生投生到某地成为修行佛法的人（天人）。在临终的时候，这种愿很可能会支助你的某一个即将成熟的善业，使你如愿以偿地投生到那里去。

当然，要投生到梵天界必须证得禅那。如果想投生为人或天人，在座的每个人都可以发愿。但只是靠发愿还不够，还必须有相应的善业。因为必须具足五项条件才能带来结生：无明(avijjā)、爱(taṇhā)、取(upādāna)、行(saṅkhāra)、业(kammabhava)。我们发的愿属于无明、爱、取，行和业是所造的业。

如果在布施之前或之后发愿，这种布施的善业往往会随着你的愿在临终时成熟，使你投生到人天善趣。

如果想更快地证悟涅槃，在人间会更好。不过，在人间的正法只会愈来愈衰败，这是定法。所以，修行最好是在今生，不要把太多的希望寄托在来世。

问 9：如果有人出生于好的家庭，且聪明、善良，但却不信佛陀的教法，他是否是二因结生呢？

答：不一定！我们说二因和三因结生，不是从这个角度来说的。有的人出身贫贱家庭或者很蠢，也有可能是三因结生。

佛陀在世时，伍巴离(Upāli)尊者就出身于贫贱家庭，他是释迦王族的宫廷理发师，最后却成为佛陀的大弟子。又如小般他嘎(Cūḷapanthaka)，他笨得连一首偈颂都背不会，他的哥哥大般他嘎(Mahāpanthaka)想赶他还俗，但后来他也证得阿拉汉果。能证悟圣道圣果的人都是三因结生者。

因此，三因结生或二因结生，并非从一个人的聪明或福报来判断。如果你有能力证得禅那，你就是三因结生者。当然，想要知道自己的结生心是哪种心，在修到缘起时，通过辨识过去造了什么业而带来今生的结生就清楚了。

问 10：有些佛教书籍说，人是在父母交合时结生的。请问尊者，到底人的结生心是发生在哪时呢？

答：结生心发生在精子和卵子结合的一刹那。

关于这一点，南传上座部和北传说一切有部等部派的解释不同：说一切有部相信有所谓的"中有"之说。当"中有"看到未来的父母交合时，生起颠倒心，若男缘母，起于男欲；若女缘父，起于女欲。当男精泄至母胎时，便执

为己有，于是中有结束，生有开始，名为结生。

根据上座部佛教，唯有在精卵结合的时候，结生心才生起。也就是说，男女交合之后还要再过好几个小时，甚至两、三天的时间，当卵子受精时，结生心才生起，因为那样的受精卵才能成为结生心执取的对象。所以，新的生命是从卵子受精那一刹那开始的，并不是所谓的“中有”看到父母交合时发生的。

问 11：请问无色界梵天人是如何结生的？

答：有三种结生：一、名结生，二、色结生，三、名色结生。无色界梵天人没有色法，他们的结生心也不需依靠心所依处色而生起，称为“名结生”。无想有情天的众生没有名法，只是“色结生”。除此之外的欲界和色界众生都同时拥有名色法，他们的结生称为“名色结生”。

问 12：以下几种情况是我们日常生活中可能会遇到的。请问尊者，当人们在造作这些事情时通常是什么心？

第一、一个拥有业果智的佛教徒，非常无奈地请白蚁专家来挽救将被白蚁蛀蚀的屋子，并为它们念咒或佛号，希望能借助咒语或佛号带它们往生善趣，这是不是嗔根心中掺杂着慈悲心？

答：这要视具体情况而定：请白蚁专家清理白蚁，那是嗔根心。为这些白蚁念咒或念佛，先不论是否有效，只是从

这种出发点来说，悲悯被杀死的白蚁也许是慈悲心；但如果只是为了逃避良心的谴责，认为念了咒或佛号就万事大吉，那么这种心多少掺杂着追悔。如果他确实真心悲悯那些白蚁的话，就不会去杀它们。

问 13：第二、一个妇人来到医院做堕胎手术，这是忧俱嗔恚相应心吗？
答：是的。

问 14：第三、拥有定邪见的人认为没有轮回、没有业果，人一旦死后也归于灭尽，这是不是舍俱疑相应痴根心？
答：这是邪见相应心。如果一个人对三世轮回、业果既非相信，也非不信，这种犹豫不决、半信半疑的心理称为“疑”。如果相信没有轮回、没有业果、没有因果法则，这是“邪见”。

问 15：一个学生在考试时作弊，这是贪根心还是痴根心？
答：如果他想要考得好，这是贪根心。如果他怕被老师发现，这是嗔根心。

问 16：一个很慈悲但不相信业果法则的医生，不忍心看到癌症末期的病人受苦，而建议让病人安乐死，这属于什么心？

答：这种心夹杂着悲悯。但当他对病人实施安乐死的时候，则属于嗔根心，因为只有嗔根心才能造成杀。就好像行刑官笑着对刽子手说："处理犯人时干净利落一点吧！不要让他死得太痛苦。"表面上看起来像是怜悯对方，其实只是想要对方死。判断是否杀人的标准并不在于用什么方式让对方死，而在于是否有希望让对方死的心。

问 17：一个慷慨的人时常请朋友喝酒，这是智不相应善心吗？

答：这不是善心，而是贪根心。

问 18：一个对业果法则不是很了解的佛教徒，在礼敬佛像时希望佛菩萨保佑他平安或中彩票，这属于什么心？

答：这是贪根心，夹杂着低劣的智不相应善心。他在礼敬佛像时，可能是智不相应善心，其动机是祈求保佑平安或中彩票，这是贪根心。

问 19：植物人是否还有命根？如果有，他们大多数时间都在有分心或还有心路？

答：如果植物人还会对外界的刺激产生反应，证明他们还有命根；他们还会眨眼、微笑、吃东西，这些时候还有心路；但处于深度昏迷状态时则是落入有分。

问 20：现代医学根据瞳孔放大、心肺死亡或者脑死亡来判断一个人是否死亡。但是从阿毗达摩的角度来说，只有在死亡心生起的那一刹那才是真正的死亡。那么，有些在生前曾经签下死后捐赠器官的人，他们当中是否也有在死亡心生起之前，就被医生判定为脑死亡而割下器官的？据说人死后的器官即使割下来，也不能再移植到其他病人的身上，因为该器官已经没有命根了，所以只有在死亡之前割下的器官才能被使用。

答：没错，一个人只有在死亡心生起的那一刹那才是真正的死亡。现代医学判断死亡的办法有很多标准，各个国家法律、各个医学权威的判断标准也不尽相同，有的根据心肺死亡、有的根据脑死亡等。但唯有死亡心的生起才决定一个人真的死了。

有些人确实在死亡心还没有生起之前，器官就被割下来移植到其他病人身上。然而，即使捐献肾脏或其他器官的志愿者还是健康的活人，一旦那些器官被割下来离开原来的身体，即变成时节生色。当它被移植到其他人的体内后，由于受到对方生命体的支助，这个器官又开始运作。

问 21：我想问关于心脏移植的问题。假如按照您刚才所说的，心脏本来属于业生色，当它从志愿者的体内割离出来时，已经属于时节生色了。如果把它移植到另外一个人的体内后，它还是属于时节生色呢？或者又变回业生色？

如果是业生色,怎么可能由一个人的业生色变成另外一个人的业生色呢?请尊者解答!

答:我想补充一下:活人的心脏并非只是业生色,它还包括心生色、时节生色和食生色,一共有四类因生起的色法。

当心脏从志愿者的体内割离出来后,它即变成时节生色。当它刚被移植到另一个人的体内时,它只是作为代替旧心脏的工具。只有当新生命体的血液流注进这个新移植的"工具"时,新的心脏才开始运作。这个新移植的心脏就像有效的工具,当它得到包括血液在内的新生命体的支助时,就能像原来的心脏一样继续执行输送血液等工作。

问 22:许多濒死经验者都有很相似的离体经验报告,他们描述就像灵魂出窍,感觉非常真实,并不像做梦。如果把这种现象解释为心理幻象并不恰当,因为他们并非只是个别的案例。请问如何以阿毗达摩来解释这种濒死经验?

答:从阿毗达摩的角度来说,一个人虽然有濒死体验,但只要后来又活过来,说明他的死心还没有生起,还不算真正的死亡。他只是陷入半昏迷状态或深度昏迷状态,而被现代医学判定为死亡。

根据阿毗达摩,人在临终时会体验到一些境象或影像,这是由于过去所造的善业或恶业在争着成熟。这些境象或影像可以分为业、业相和趣相三类。我们尝试以此分

析濒死经验：当临终者看到平生所做过的事犹如放电影一般历历在目，这是业；看见一些平生所做之事的片段，这是业相；看见已经去世的亲戚、朋友，这是趣相；看见原野、体验到强烈的光等，这些也是趣相。不过，由于其寿元未尽或者福报未尽的缘故，他又“复活”过来了。

问 23：若人去世后投生为低级的神，在世的人应如何修功德帮助他们早日投生到善趣呢？

答：低级的神可分为地居天和空居天，他们也属于善趣。

假如人去世后投生到鬼道，而且投生为依他施活命鬼(paradattūpajīvina)，这一类鬼才有能力获得人们回向给他们的功德。我们在做善业功德之后，应通过念诵“Idaṃ me ñātīnaṃ hotu, sukhitā hontu ñātayo.”来邀请他们随喜我们所做的功德。如果我们今生和过去生的某些亲戚去世后投生为这一类鬼，他们很渴望我们把功德回向给他们。一旦我们这样念诵时，他们会很高兴。当他们随喜地说出“Sādhu! Sādhu! Sādhu!”之时，将能减轻甚至脱离其恶趣之苦，早日投生到人天善趣。

问 24：请问有天人来人间吗？

答：即使有天人来到人间，我们也是看不到的，除非他们故意显现给我们看。

问 25：是否有人天生就有阴阳眼，能看到鬼界众生？

答：是的，有些人会有。不过，阴阳眼并非天眼。有些人前生可能是某一类非人，而他们这一生的果报又比较低劣，所以有时候可以看到某一类非人。借用民间的说法是，一个人阴气重时才会“见鬼”，阳气盛时就看不到。

问 26：在《清净之道》中讲到，修水遍的禅修者身体可以变成水，然后又变回人，这是什么缘故？心法可以把身体的色法改变为水吗？

答：我想《清净之道》应该不是这样说的。《清净之道·说神变品》中应该是说：拥有神变通的人可以先入水遍第四禅，出定后决意某个范围内的地成为水，该地即变成水，然后他可以在该地自由出入。在其他人看来，地仍然是地，于是说他跳进地里，或隐没于地中。

拥有神通的人也可以先入地遍第四禅，出定后决意在空中形成一条道路，他即可以行走在这条道路上。其他人看不到这条道路，就说这个人在空中飞行。拥有神通的人也可以使光明变成黑暗，使无遮蔽的变成遮蔽，在其他人看来他就隐身不见了。这些都属于神通的范畴。透过神通心可以使物质产生某种程度的变化。

问 27：请问南传佛教和北传佛教有什么区别？

答：南传佛教也叫上座部佛教(Theravāda)。因为是从印度

往南传播到斯里兰卡、缅甸、泰国一带的佛教，故名。

北传佛教是从印度往北，经过今天的巴基斯坦、阿富汗、塔吉克斯坦等国，再经过丝绸之路往北传播到中国，然后再经中国传到韩国、日本、越南的佛教。因为是从印度往北传播，所以称为北传佛教。后来又有一支越过喜马拉雅山传到西藏，称为藏传佛教，它也属于北传佛教。

南传佛教是在印度佛教的发展早期，即佛灭二百多年就已经传到斯里兰卡和缅甸。北传佛教则是在佛灭五、六百年至一千六百年之间才传到汉地，在佛灭一千年之后才传到藏地。

因此，南传佛教所接受的是印度早期的佛教；北传佛教所接受的是印度中后期的佛教，以大乘佛教(Mahāyāna)为主。早期佛教比较简单朴素，后期佛教则融合了各种思想，发展出许多新的经典和教义。看过印度佛教史的人就知道，印度本土的佛教是在不断的演变中传播和发展的。

对于佛陀，南传佛教只尊奉我们的果德玛佛陀(Gotama Buddha)一位，所信仰的只有佛、法、僧三宝。而北传佛教除了释迦牟尼佛之外，还有十方诸佛之说。

对于佛陀的解释也有所不同：南传佛教只把果德玛佛陀视为导师，他是教导佛法的人天导师。北传佛教除了认为佛陀是导师之外，还有法、报、化三身之说，如“清净法身毗卢遮那佛，圆满报身卢舍那佛，千百亿化身释迦牟尼佛”，认为释迦牟尼是化身佛。

对于菩萨，南传佛教通常把我们的佛陀在成佛之前、圆满巴拉密期间称为菩萨，或者说现在还有一位菩萨，即未来成佛的美德亚(Metteyya)菩萨。北传佛教除了弥勒菩萨之外，还有很多菩萨，以及罗汉、祖师、金刚等。

从经典来说，上座部佛教传承在阿首咖王时代（公元前 3 世纪）即已经定型的巴利语三藏圣典，以及解释这些圣典的义注和复注。而北传佛教除了《阿含经》等声闻三藏之外，还有大量的大乘经典。同时，佛教在印度和中国流传的两千五百多年期间，历代祖师大德撰写了很多经论，发展演绎佛陀的教法，形成名目繁多的论典。在数量上，北传经典要比南传多出至少十几倍。

从见地来说，南传佛教遵循巴利三藏中的教导，以四圣谛、缘起等为根本教义。而北传佛教除了缘起等以外，还有空性、自性、真如、如来藏、唯心、唯识、顿悟、他力等见地。

从修行方法来说，南传佛教注重八圣道、戒定慧、修止观。而北传佛教多依各宗派而有所不同，例如禅宗的参禅——祖师禅、分灯禅、话头禅等，净土宗的念佛，密宗的持咒等等。

南传佛教的特点是保守；北传佛教的特点是圆融。南传佛教比较强调断除烦恼，最好能够在今生证悟圣道圣果、证悟涅槃。北传佛教比较强调利乐众生；根据每个人所发的愿不同，有人希望明心见性，有人希望往生西方极

乐世界，有人希望即身成佛，有人希望世世常行菩萨道等。

当然，无论南传还是北传，大家都是佛教。无论选择哪种传统，我们都应该尊重。如果想佛化生活，可以选择北传佛教；如果想解脱生死，可以选择南传佛教。如果想普度众生，可以选择北传佛教；如果想断除烦恼，南传佛教可以为您提供一条明确的道路！

问 28：为什么菩萨需要一段固定的时间才能成佛呢？其他圣者，如独觉佛是否也是这样？

答：有三种菩萨：

第一、慧优胜菩萨，他需要四个不可数以及十万大劫才能成佛。

第二、精进优胜菩萨，他需要八个不可数以及十万大劫才能成佛。

第三、信优胜菩萨，他需要十六个不可数以及十万大劫的时间来成就佛果。

为什么一定需要那么漫长的时间呢？就好像种庄稼一样，必须经过一定的时间才能成熟，如果想要提前成熟，那是不可能的。

想要成为独觉佛，也需要积累至少两个不可数及十万大劫的巴拉密。所以，成为独觉佛也需要一个固定的时间。

想成为佛陀的上首弟子，需要一个不可数及十万大劫来圆满巴拉密；想成为大弟子也需要十万大劫来圆满巴拉

密。想成为普通弟子就不一定，有的甚至只需几生就可以成就。

问 29：菩萨虽然时时刻刻保持如理作意，但当他过去的不善业果报成熟时，还是会堕落恶趣，如畜生道。若菩萨在临终时心存善念，不是应该投生善趣吗？为何还会投生恶趣呢？

答：菩萨还会造不善业，毕竟他还没有断除烦恼。只要还没有断尽烦恼，就会造不善业。一旦因缘具足，这些不善业就会成熟。如果恶业在临终时成熟，他将会投生到恶趣。虽然是菩萨，但并非总是在行善，偶而也会作恶。

例如在过去咖沙巴佛的时代，我们的菩萨投生为一位名叫周帝巴喇(Jotipāla)的婆罗门。他有一位名叫喀帝咖拉(Ghaṭikāra)的陶匠好朋友。这位陶匠是三果不来圣者，他多次邀请周帝巴喇一起去谒见咖沙巴佛陀，但周帝巴喇就是不去。他认为自己是婆罗门，是高等种姓，瞧不起出家人，每次都回答说："够了，朋友喀帝咖拉，为什么要去见那个秃头沙门呢？"有一次，他俩一起去河里洗澡，洗澡之后，陶匠又去劝周帝巴喇一起去见咖沙巴佛陀，他还是不肯去，还是骂佛陀是秃头沙门。陶匠一把抓住他刚洗好的头发，要他去见佛陀。周帝巴喇很惊讶地想："哗！真少有，这个低等的陶匠竟敢抓我刚洗好的头发！"于是，他勉强跟着陶匠去见咖沙巴佛。但是当他听完佛陀说法之

后，竟然出家了。

所以，即使是我们的菩萨遇到上一位佛陀的时候，也曾因为自己的身份而轻慢佛陀。这个故事记载在巴利圣典的《中部·陶师经》。

在没有佛法的时期，菩萨也会在烦恼的驱使下造作各种不善业。只要在生死轮回中，只要还没有断除烦恼，就还会造不善业。

问 30：当一个人发愿要成为菩萨，他是否还能证得其他的圣果呢？为什么？

答：如果一个人发愿要成为菩萨，并且曾得到佛陀的亲自授记，那么，他在成佛之前就不可能证悟其他圣道圣果，因为佛陀的授记必定会实现。

如果一个人只是发愿，但并没有得到佛陀的授记，后来他又觉得轮回确实没有意义而想要早点证悟涅槃的话，他的心还是可以改变的。这种人就有可能证悟圣道圣果。

然而，一个人只要被佛陀授记将在未来成佛，那他只有到成佛的时候才一起证得所有的道果。也就是当他圆满种种巴拉密之后，才在菩提树下断尽烦恼。他在断尽烦恼之前还是凡夫，还必须不断地积累各种善业，累积巴拉密。

菩萨在成佛之前为什么不能证得圣道圣果呢？因为菩萨必须在漫长的生死轮回当中圆满巴拉密。一旦证得圣果，哪怕只是初果，他的未来生命最多也不会超过七次。

只用七次轮回的时间根本不足以圆满成佛的巴拉密。

另外，假如菩萨在有佛法的时期证得圣果，他就成了那一位佛陀的圣弟子。假如在无佛法的时期成就圣果，他就成为独觉佛。这是违背诸佛定法的！

所以，曾获得佛陀亲自授记的菩萨不可能在成佛之前证悟任何圣果。

问 31：要断除一切烦恼才能证初果，是否这样理解？

答：不能这样理解。断除一切烦恼就已经证悟阿拉汉果了。证初果时，只是断除了邪见、戒禁取及疑，还没有断除一切烦恼。

问 32：初果圣者应如何进一步修证，才能证悟更高的果位呢？

答：初果圣者想要证悟更高的道果，应当重复地观照内在、外在、过去、现在、未来的名法、色法，或者色、受、想、行、识。他可以从思维智的阶段开始复习，一直到行舍智的阶段；可以用四十行相思维法、七色观法、七非色观法、七随观、十八大观、逐一法观等方法来重复地观照，若他的巴拉密成熟，就能证悟更高的道果。